

**UPAYA MENINGKATKAN *DRIBBLING* DALAM PERMAINAN SEPAK
BOLA DENGAN MEDIA *CONE* MELALUI *VARIASI* BERMAIN PADA
EKSTRAKULIKULER DI SMP NEGERI 1 BANJARBARU**



OLEH:

MUHAMMAD ILHAM SYAHBARA

NIM: 1810122310015

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan Dalam Mendapatkan Gelar
Sarjana Pendidikan Pada Program Studi Pendidikan Jasmani

**KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET DAN
TEKNOLOGI
UNIVERSITAS LAMBUNG MANGKURAT
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
JURUSAN PENDIDIKAN OLAH RAGA DAN KESEHATAN
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI**

**2023 UPAYA MENINGKATKAN *DRIBBLING* DALAM PERMAINAN
SEPAK BOLA DENGAN MEDIA *CONE* MELALUI *VARIASI* BERMAIN
PADA EXTRAKULIKULER DI SMP NEGERI 1 BANJARBARU**



OLEH:

MUHAMMAD ILHAM SYAHBARA

NIM: 1810122310015

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan Dalam Mendapatkan Gelar
Sarjana Pendidikan Pada Progam Studi Pendidikan Jasmani

**KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET DAN
TEKNOLOGI**

**UNIVERSITAS LAMBUNG MANGKURAT
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA DAN KESEHATAN
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI**

2023

ABSTRAK

MUHAMMAD ILHAM SYAHBARA, NIM. 1810122310015. “Upaya meningkatkan *Dribbling* dalam permainan sepak bola dengan media *cone* melalui variasi bermain pada ekstrakurikuler di Smp Negeri 1 Banjarbaru”. Skripsi Progaam Studi Pendidikan Jasmani (PSJP), Jurusan Pendidikan Olahraga dan Kesehatan (JPOK). Fakultas Keguruan dan ilmu Pendidikan (FKIP), Universitas Lambung Mangkurat (ULM). Banjarbaru 2023. Dosen Pembimbing Utama: Dr. Ma’riful Kahri, M.Pd. Dosen Pembimbing Pendamping: Dr. H. Sarmidi M. Kes. AIFO.

Bagaimana upaya meningkatkan menggiring bola dengan media *cone* melalui variasi bermain. Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan kemampuan *Dribbling* dalam permainan sepakbola pada ekstrakurikuler di Smp Negeri 1 Banjarbaru. Dengan jumlah siswa 20 orang (Total *Sampling*). Metode dalam penelitian ini menggunakan metode penelitian tindakan kelas, dengan PreTest, Tes Siklus I dan Tes Siklus II.

Dari hasil penelitian menunjukkan: penerapan variasi bermain dengan media *cone* mampu meningkatkan hasil belajar siswa. Peningkatan hasil belajar siswa tersebut dapat dilihat dari nilai hasil yang dicapai melalui pemberian tes seperti PreTest, Siklus I, dan Siklus II. Dalam proses latihan pada PreTest dengan jumlah siswa keseluruhan 20 orang, yang tuntas sebanyak 2 orang atau 10%. Dalam proses latihan pada siklus I jumlah siswa yang tuntas 9 orang atau 45%. Dalam proses latihan pada siklus II jumlah siswa yang tuntas sebanyak 17 orang atau 85%. Dapat disimpulkan bahwa melalui variasi bermain menggunakan media *cone* dapat meningkatkan kemampuan menggiring bola.

Kata Kunci: *Dribbling*, Varisasi Bermain, SepakBola, *Cone*

ABSTRACT

MUHAMMAD ILHAM SYAHBARA, NIM: 1810122310015. *“Efforts to improve Dribbling in soccer games with cone media through variations on extracurricular play at Smp Negeri 1 Banjarbaru”*. Thesis for Physical Education Study Program (psjp), Departement of Sport and Health Education (JPOK). Faculty of Teaching and Education (FKIP). Lambung Mangkurat University (ULM). Banjarbaru 2023. Main Advisor: Dr. Ma’ruful Kahri, M. Pd., Assisting Lecturer: Dr. H. Sarmidi M. Kes. AIFO.

How to improve dribbling with cone media through playing variations. This study aims to improve Dribbling skills in extracurricular football games at Smp Negeri 1 Banjarbaru. With the number of study 20 people (Total Sampling). The method in this study used class action research methods, with PreTest, Cycle I, and Cycle II Test.

From the results of the study showed: the application of playing variations with cone media can improve student learning outcomes. The increase in student learning outcomes can be seen from the result achieved through the administration of tests such as the PreTest, Cycle I, and Cycle II. In the process of practicing the PreTest with a total of 20 students, 2 people or 10% completed. In the process of training in cycle I the number of students who complete 9 people or 45%. In the process of training in cycle II the number of students who complete as many as 17 people or 85%. It can be concluded that though variations of playing using cone media can improve the ability dribble.

Keywords: Dribbling, Play Variation, Soccer. Cone.

MOTO DAN PERSEMBAHAN

“Inna ma’al ‘usri yusra”

artinya:

“sesungguhnya sesudah kesulitan pasti ada kemudahan”

(Al-insyirah:6)

Skripsi ini saya persembahkan kepada:

- **Kepada ayah dan ibu saya yang telah mendidik saya dari kecil hingga sekarang ini, tanpa adanya kasih sayang dari orang tua saya mungkin saya tidak akan menjadi seperti sekarang ini. Terima kasih ayah ibu yang telah mendidik saya dan mencintai saya.**

HALAMAN PERSETUJUAN

UPAYA MENINGKATKAN *DRIBBLING* DALAM PERMAINAN
SEPAK BOLA DENGAN MEDIA *CONE* MELALUI *VARIASI*
BERMAIN PADA EKSTRAKULIKULER DI SMP NEGERI 1
BANJARBARU

Oleh :

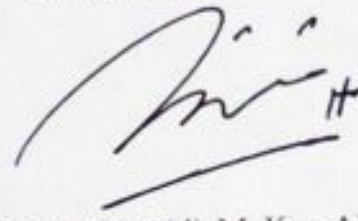
Muhammad Ilham Syahbara
NIM : 1810122310015

Pembimbing Utama



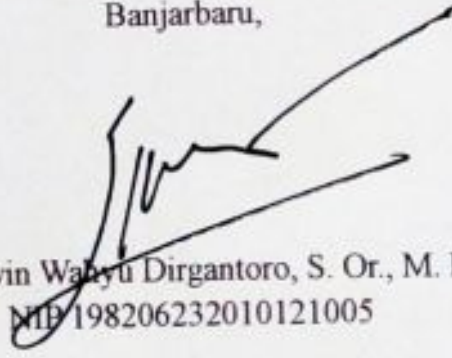
Dr. Ma'ruful Kahri, M. Pd
NIP. 196006161987031004

Pembimbing Pendamping



Dr. H. Sarmidi, M. Kes. AIFO
NIP. 195807161988031001

Mengetahui,
Koordinator Program Studi Pendidikan Jasmani
Jurusan Pendidikan Olahraga dan Kesehatan
Fakultas Keguruan dan Ilmu
Pendidikan
Universitas Lambung Mangkurat
Banjarbaru,



Edwin Wahyu Dirgantoro, S. Or., M. Pd.
NIP. 198206232010121005

HALAMAN PENGESAHAN

Telah Dipertahankan Dihadapan Dewan Penguji Skripsi
 Program Studi Pendidikan Jasmani
 Jurusan Pendidikan Olahraga dan Kesehatan
 Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
 Universitas Lambung Mangkurat
 Pada tanggal : Jum'at, 23 Juni 2023

Dewan Penguji

1. Dr. Ma'ruful Kahri, M. Pd.

(Ketua).....

2. Dr. H. Sarmidi, M. Kes. AIFO

(Sekretaris).....

3. Dr. Mashud, S. Pd. M. Pd. AIFO

(Anggota).....

Mengetahui:

Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan
 Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan
 Universitas Lambung Mangkurat
 Banjarbaru



Dr. Ma'ruful Kahri, M. Pd.
 NIP. 196006161987031004

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Peneliti yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Muhammad Ilham Syahbara
NIM : 1810122310015
Progam Studi : Pendidikan Jasmani (PSPJ)
Jurusan : Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan (JPOK)
Fakultas : Keguruan Dan Ilmu Pendidikan (FKIP)
Universitas : Lambung Mangkurat (ULM)

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi ini yang saya tulis ini benar-benar tulisan saya, dan bukan merupakan plagiasi baik sebagian atau seluruhnya. Apabila kemudian hari dibuktikan bahwa skripsi ini hasil plagiasi, baik sebagian atau seluruhnya, maka saya bersedia menerima sangsi untuk perbuatan tersebut sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Banjarbaru,

Yang Membuat Pernyataan

The image shows a handwritten signature in black ink over a rectangular official stamp. The stamp has a blue and yellow design with the text 'METERAI TEMPEL' and a serial number 'BF749AJX734194554'.

Muhammad Ilham Syahbara

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Muhammad Ilham Syahbara
NIM : 1810122310015
Tempat, Tanggal lahir : Batuah, 10 Agustus 1999
Program Studi : PENDIDIKAN JASMANI
Alamat : Desa Tangkum, Rt. 01 Rw. 01 Kec. Raren Batuah Kab.
Barito Timur Prov. Kalimantan Tengah

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi yang saya tulis ini benar benar tulisan saya dan menggunakan aplikasi Mendeley. Apabila dikemudian hari ditemukan bukti bahwa skripsi ini penulisannya tanpa menggunakan aplikasi Mendeley maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya.

Banjarbaru, 13 April 2022

Pembuat pernyataan



Muhammad Ilham Syahbara

NIM. 1810122310015

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Allah subhanahu wa ta'ala yang telah melimpahkan rahmat taufik , Inayah dan hidayah Nya jualah. Penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini. Yang berjudul, “Upaya Meningkatkan *Dribbling* Dalam Permainan Sepak Bola Dengan Media *Cone* Melalui *Variasi* Bermain Pada Ekstrakurikuler Di SMP Negeri 1 Banjarbaru” Sebagai persyaratan untuk mendapat gelar S1 pada Program Studi Pendidikan Jasmani (PSPJ), dan Jurusan Pendidikan Olahraga dan Kesehatan (JPOK), Fakultas Keguruan Ilmu Pendidikan (FKIP), Universitas Lambung Mangkurat (ULM).

Penulis mengucapkan terimakasih kepada Penguji, Pembimbing Utama, dan Pembimbing Pendamping dalam penyelesaian penulisan Skripsi ini. Kepada:

1. Prof. Dr. Ahmad, S.E.,M.Si. Rektor Universitas Lambung Mangkurat (ULM) Banjarmasin, yang telah menerima peneliti sebagai mahasiswa Program Studi Pendidikan Jasmani JPOK FKIP ULM Banjarbaru.
2. Dr. Chairil Faif Fasani, M.Si. Dekan FKIP ULM Banjarmasin, yang telah menerima peneliti sebagai mahasiswa Program Studi Pendidikan Jasmani JPOK FKIP ULM Banjarbaru.
3. Dr. Hj. Atiek Winarti, M.Pd, M.Sc. Wakil Dekan I FKIP ULM Banjarmasin, yang telah menerima peneliti sebagai mahasiswa Program Studi Pendidikan Jasmani JPOK FKIP ULM Banjarbaru.
4. Prof. Dr. Imam Yuwono, M.Pd. Wakil Dekan II FKIP ULM Banjarmasin, yang telah menerima peneliti sebagai mahasiswa, memfasilitasi teori dan praktek Program Studi Pendidikan Jasmani JPOK FKIP ULM Banjarbaru.
5. Prof. Dr. Dwi Atmono., M,Pd., M.Si. Wakil Dekan III yang telah melayani mahasiswa di bidang kemahasiswaan Program Studi Pendidikan Jasmani FKIP JPOK ULM Banjarbaru.
6. Dr. Ma'ruful Kahri, M.Pd. Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga dan Kesehatan (JPOK) FKIP ULM Banjarbaru, yang telah menerima peneliti sebagai mahasiswa Program Studi Pendidikan Jasmani JPOK FKIP ULM Banjarbaru.

7. Dr. Rahmadi, S.Pd.,M.Pd. Sekertaris Jurusan Program Studi Pendidikan Jasmani JPOK FKIP ULM Banjarbaru.
8. Edwin Wahyu Dirgantoro, S.Or.,M.Pd Koordinator Program Studi Pendidikan Jasmani JPOK FKIP ULM Banjarbaru.
9. Dr. Eka Purnama Indah, S.Pd.,M.Pd. Sekertaris Program Studi Pendidikan Jasmani JPOK ULM Banjarbaru.
10. Seluruh Dosen JPOK FKIP ULM Banjarbaru yang telah banyak membantu dan memberikan informasi dalam pengumpulan data penelitian
11. Dr. Ma'ruful Kahri, M.Pd. sebagai Dosen Pembimbing Utama yang memberikan bimbingan, motivasi serta arahan untuk sempurnanya penulisan skripsi ini.
12. Dr. H. Sarmidi, M.Kes. AIFO. sebagai dosen Pembimbing Pendamping
13. Dr. Mashud, M. Pd. sebagai dosen penguji
14. Kedua orang tua tercinta Kasdi Sigit Harsono dan Sutarti, yang telah memberikan semangat, do'a, materiil dan mendidik penulis sampai selesainya Pendidikan Strata-1 di Program Studi Pendidikan Jasmani JPOK FKIP ULM Banjarbaru ini.
15. Kepada adek saya Diah Ayu Putri Nirwanasari yang memberikan semangat, dorongan moral, Motivasi, dan do'anya selama ini sehingga skripsi ini dapat selesai dengan tepat waktu.
16. Teruntuk satu pihak yang tidak bisa penulis sebutkan namanya terimakasih telah membantu penulis dalam menyelesaikan penulisan Skripsi ini tepat waktu selesainya Pendidikan Strata-1 di Program Studi Pendidikan Jasmani JPOK FKIP ULM Banjarbaru ini.

Semoga ibadah yang telah diberikan mendapat balasan dari Allah Subhannahu wa ta'alla. Aamiin ya robbal'alamiin.

Banjarbaru, 23 Juni 2023

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN	
ABSTRAK.....	ii
ABSTRACT.....	iii
HALAMAN MOTTO	iv
HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI.....	v
HALAMAN PENGESAHAN.....	vi
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	vii
SURAT PERNYATAAN MENDELAY	viii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
DAFTAR GAMBAR	xvi
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah.....	5
C. Identifikasi Masalah.....	5
D. Tujuan Penelitian	5
E. Manfaat Penelitian	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Sepak bola.....	7
1) Pengertian Sepak Bola	7
2) Tujuan Permainan Sepak Bola	8
3) Teknik Dasar Sepak Bola.....	9
B. Menggiring Bola	10
a) Pengertian Menggiring Bola	10
b) Teknik Dasar Menggiring Bola.....	11
c) Jenis-jenis Menggiring Bola.....	13
d) Prinsip-prinsip Menggiring Bola.....	14
e) Kegunaan Menggiring Bola	15
f) Menggiring bola yang dimaksud peneliti.....	15

C.	Variasi bermain.....	15
a)	Pengertian Variasi Bermain	15
b)	Jenis-jenis Variasi Bermain.....	17
c)	Manfaat Variasi Bermain	22
d)	Variasi Bermain Sevagai Upaya Untuk Meningkatkan Menggiring Bola Menggunakan Media Cone	23
D.	Kerangka Konseptual.....	24
E.	Hipotesis	29
BAB III METODE PENELITIAN		
A.	Jenis Penelitian.....	30
B.	Lokasi Dan Waktu Penelitian	30
C.	Definisi Operasional	30
D.	Desain Penelitian	31
E.	Instrument Dan Perangkat Penelitian.....	34
F.	Variabel Penelitian.....	36
G.	Teknik Pengumpulan Data.....	37
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN		
A.	Hasil Penelitian	38
1)	Data Awal/ <i>Pretest</i>	38
2)	Deskripsi Siklus I.....	39
3)	Deskripsi Siklus II.....	49
B.	Pembahasan.....	59
1.	Hasil Penelitian Yang Terdahulu	59
2.	Hasil Penelitian	60
3.	Hasil Penelitian Berdasarkan Teori	62
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN		
A.	Kesimpulan	63
B.	Saran	63
DAFTAR PUSTAKA		64

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Penilaian Test.....	35
Tabel 2 Indikator Penilaian	36
Tabel 3 Hasil Pengamatan data awal/ <i>Pretest</i>	39
Tabel 4 Hasil Siklus I.....	47
Tabel 5 Hasil Siklus II.....	56
Tabel 6 Deskripsi Data Hasil Ketuntasan	58
Tabel 7 Hasil siklus I.....	60
Tabel 8 Hasil siklus II	61

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Deskripsi Penilaian	67
Lampiran 2. Hasil <i>PreTest</i>	68
Lampiran 3. Hasil Siklus I	69
Lampiran 4. Hasil Siklus II	70
Lampiran 5. Surat Izin Penelitian.....	71
Lampiran 6. Surat Keterangan Telah Melaksanakan Penelitian	72
Lampiran 7. Surat Penunjukan Pembimbing Dan Penguji Skripsi	73
Lampiran 8. Kartu Bimbingan Skripsi	74
Lampiran 9. Lembar Bimbingan	75
Lampiran 10. Lembar Bimbingan	76
Lampiran 11. Lembar Pertemuan Pertama.....	77
Lampiran 12. Lembar Pertemuan Kedua	78
Lampiran 13. Lembar Pertemuan Ketiga	79
Lampiran 14. Lembar pertemuan Keempat	80
Lampiran 15. Lembar Pertemuan Kelima.....	81
Lampiran 16. Lembar pertemuan Keenam.....	82

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 variasi bermain pertama.....	17
Gambar 2 variasi bermain kedua.....	18
Gambar 3 variasi bermain ketiga	19
Gambar 4 variasi bermain keempat.....	19
Gambar 5 variasi bermain kelima	20
Gambar 6 variasi bermain keenam.....	20
Gambar 7 variasi bermain ketujuh	21
Gambar 8 variasi bermain kedelapan.....	22
Gambar 9 variasi bermain kesembilan.....	22
Gambar 10 alur penelitian.....	28
Gambar 11 Test dribbling bola.....	36
Gambar 12 Grafik peningkatan ketuntasan.....	58
Gambar 13 Grafik peningkatan ketuntasan.....	59
Gambar 14 Pelaksanaan observasi	84
Gambar 15 Penyampaian kegiatan penelitian	84
Gambar 16 pembacaan doa sebelum melakukan kegiatan.....	85
Gambar 17 Pelaksanaan pemanasan	85
Gambar 18 Alat dan Media	86
Gambar 19 Pengarahan sebelum Melakukan tes siklus I.....	86
Gambar 20 Tes siklus I	87
Gambar 21 Penyampaian hasil siklus I.....	87
Gambar 22 Pelaksanaan latihan menggiring bola	88
Gambar 23 Tes siklus II	88