

**PENGARUH *BALL FEELING* TERHADAP HASIL KELINCAHAN  
*DRIBBLING* DALAM PERMAINAN SEPAKBOLA**

**SKRIPSI**

Diajukan untuk memenuhi sebagian syarat memperoleh gelar Sarjana Pendidikan  
Guru Sekolah Dasar Pendidikan Jasmani



Oleh:

Muhamad Ghiffari Amrullah Dwipayana  
2006079

**PROGRAM STUDI  
PENDIDIKAN GURU SEKOLAH DASAR PENDIDIKAN JASMANI  
KAMPUS SUMEDANG  
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA  
2024**

**PENGARUH BALL FEELING TERHADAP HASIL KELINCAHAN  
DRIBBLING DALAM PERMAINAN SEPAKBOLA**

Oleh  
M Ghiffari Amrullah Dwipayana

Sebuah skripsi yang diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Pendidikan pada Pendidikan Guru Sekolah Dasar Pendidikan Jasmani Kampus Sumedang

© M Ghiffari Amrullah Dwipayana 2024  
Universitas Pendidikan Indonesia  
Mei 2024

Hak Cipta dilindungi undang-undang.  
Skripsi ini tidak boleh diperbanyak seluruhnya atau sebagian,  
dengan dicetak ulang, difoto kopi, atau cara lainnya tanpa ijin dari penulis.

**LEMBAR PENGESAHAN**

Muhamad Ghiffari Amrullah Dwipayana

**IMPLEMENTASI *BALL FEELING* TERHADAP HASIL KELINCAHAN  
*DRIBBLING* DALAM PERMAINAN SEPAKBOLA**

Disetujui dan Disahkan oleh Dosen Pembimbing :


Pembimbing 1,



**Dr. Hj. Dewi Susilawati, M. Pd**

**NIP. 197803101008122001**

Pembimbing 2,



**Drs. Respaty Mulvanto, M.Pd.**

**NIP. 195905201989031002**

Mengetahui,

**Ketua Program Studi S-1 Pendidikan Guru Sekolah Dasar Pendidikan  
Jasmani Universitas Pendidikan Indonesia Kampus Sumedang**



**Dr. Anggi Setia Lengkana, M.Pd**

**NIPT. 920200119851119101**

## ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk memecahkan masalah *ball feeling* terhadap kelincahan *dribbling* agar pemain mempunyai kualitas *dribbling* yang baik dan tepat terhadap arah tujuan bola. Sampel penelitian ini adalah siswa sepak bola berusia 11-12 tahun di wilayah Sumedang yaitu SSB Bina Putra Pamekar. Jumlah sampel penelitian ini sebanyak 16 orang peserta latihan sepakbola, test penelitian ini terdiri dari 1 jenis, yaitu test zig-zag *ball feeling* yang dimana bola harus tetap terkontrol pada jarak kaki, tes kecepatan sama seperti test zig-zag dengan jarak 5 meter. Kurangnya kelincahan *dribbling* dalam permainan sepak bola, *ball feeling* ini dapat memebrikan pengaruh yang tepat terhadap kelincahan *dribbling* dalam permianan sepak bola tersebut. Selaras dengan judul penelitian yang peneliti ambil, penelitian ini menggunakan metode Eksperimen dengan Desain penelitiannya menggunakan *one group pretest-posttest design*, karena untuk mengetahui pengaruh dan besaran pengaruh dari hasil penelitian yang diambil. Hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti bahwa tentang Pengaruh *Ball Feeling* Terhadap Kelincahan *Dribbling* Dalam Permainan Sepak Bola, didapat penelitian ini berpengaruh dan besaran pengaruh tersebut yakni 0.02.

Kata kunci: *Ball Feeling*, *Dribbling*, Sepak Bola, Kelincahan

## **ABSTRACT**

*This study aims to solve the problem of ball feeling on dribbling agility so that players have good dribbling quality and are right on the direction of the ball's goal. The sample of this study was football students aged 11-12 years in the Sumedang area, namely SSB Bina Putra Pamekar. The number of samples of this study was 16 football training participants, this research test consisted of 1 type, namely the zig-zag ball feeling test where the ball must remain controlled at a distance of feet, the speed test is the same as the zigzag test with a distance of 5 meters. Lack of dribbling agility in the game of soccer, this ball feeling can have the right influence on dribbling agility in the soccer game. In line with the title of the research that the researchers took, this study uses the Experiment method with the research design using one group pretest-posttest design, because it is to determine the influence and magnitude of the influence of the results of the research taken. The results of research conducted by researchers that the implementation of ball feeling affects dribbling agility in football games, the magnitude of the influence is 0.02.*

*Keyword: Ball Feeling, Dribbling, Football, Agility*

## DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
PERNYATAAN.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
KATA PENGANTAR.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
UCAPAN TERIMAKASIH .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
ABSTRAK.....	i
<i>ABSTRACT</i> .....	ii
DAFTAR ISI.....	iii
DAFTAR TABEL .....	v
DAFTAR GAMBAR .....	vi
DAFTAR LAMPIRAN .....	vii
BAB I.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
PENDAHULUAN .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
1.1 Latar Belakang .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
1.2 Perumusan Permasalahan (Statement of Problem).....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
1.3 Tujuan Penelitian.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
1.4 Manfaat Penelitian .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
1.5 Struktur Organisasi.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
BAB II .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
KAJIAN PUSTAKA .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.1 Hakikat Sepak Bola.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.2 Hakikat Dribbling.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.3 Hakikat Kelincahan .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.3.1 Faktor-Faktor Kelincahan.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.4 Hakikat Ball Feeling .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.5 Penelitian Relevan.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.6 Kerangka Berfikir.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.7 Hipotesis Penelitian.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
BAB III .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
METODE PENELITIAN.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>

3.1 Metode Dan Desain Penelitian .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.2 Populasi dan Sampel .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.3 Instrumen Penelitian.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.4 Prosedur penelitian.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.5 Pengolahan dan Analisis Data .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
BAB IV .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
TEMUAN DAN PEMBAHASAN.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
4.1 Temuan Penelitian .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
4.1.1 Pengolahan Data.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
4.1.2 Uji Normalitas .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
4.1.3 Uji Homogenitas .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
4.1.4 Uji Hipotesis .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
4.2 Pembahasan Penelitian .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
BAB V .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
SIMPULAN, IMPLIKASI DAN REKOMENDASI .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
5.1 Simpulan.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
5.2 Implikasi .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
5.3 Rekomendasi.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
DAFTAR PUSTAKA.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
LAMPIRAN.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Lampiran 1 SK Pembimbing.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Lampiran 2 Surat Izin Penelitian.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Lampiran 3 Surat Balasan Penelitian.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Lampiran 4 Lembar Monitoring.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Lampiran 5 Dokumentasi Penelitian .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Lampiran 6 Koresponden Artikel (email).....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Lampiran 7 LoA Artikel .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Lampiran 8 Kwitansi Pembayaran Artikel .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Lampiran 9 Bukti Bayar Artikel.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Lampiran 10 Bukti Terbit Artikel .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Lampiran 11 Naskah Artikel .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Lampiran 12 Riwayat Hidup .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 4. 1 Hasil Pre Test dan Post Test Dribbling.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Tabel 4. 2 Uji Normalitas .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Tabel 4. 3 Uji Homogenitas.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Tabel 4. 4 Uji Hipotesis.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>



## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. 1 Struktur Organisasi .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Gambar 2. 1 Mengoper Bola .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Gambar 2. 2 Menghentikan Bola .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Gambar 2. 3 Menggiring Bola.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Gambar 2. 4 Menembak Bola .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Gambar 2. 5 Menyundul Bola .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Gambar 3. 1 Instrumen Penelitian .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 SK Pembimbing.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Lampiran 2 Surat Izin Penelitian.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Lampiran 3 Surat Balasan Penelitian .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Lampiran 4 Lembar Monitoring.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Lampiran 5 Dokumentasi Penelitian .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Lampiran 6 Koresponden Artikel (email).....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Lampiran 7 LoA Artikel.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Lampiran 8 Kwitansi Pembayaran Artikel .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Lampiran 9 Bukti Bayar Artikel.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Lampiran 10 Bukti Terbit Artikel.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Lampiran 11 Naskah Artikel .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Lampiran 12 Riwayat Hidup .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>

## DAFTAR PUSTAKA

- Akhmad, N., & Suriatno, A. (2018). Analisis Keterampilan Dasar Sepak Bola Pemain Klub Bima Sakti. *JUPE: Jurnal Pendidikan Mandala*, 3(3), 48. <https://doi.org/10.58258/jupe.v3i3.517>
- Ameftah, R. P. (2021). Hubungan Kelincahan Dengan Kemampuan Dribbling Pada Pemain Sepakbola Ssb Woner U-17 Pekanbaru. In *Skripsi* (Vol. 7, Issue 2).
- Anamita, A., Machfud Irsyada, D., & Pd, M. (2023). Pengaruh Latihan Ball Feeling Terhadap Kemampuan Dribbling Pada Ssb Persada Dalegan Gresik Ku 14-15 a. *JPO: Jurnal Prestasi Olahraga SURABAYA*, 7(1), 1–5.
- Ardiansyah, Risnita, & Jailani, M. S. (2023). Teknik Pengumpulan Data Dan Instrumen Penelitian Ilmiah Pendidikan Pada Pendekatan Kualitatif dan Kuantitatif. *Jurnal IHSAN: Jurnal Pendidikan Islam*, 1(2), 1–9. <https://doi.org/10.61104/ihsan.v1i2.57>
- Artikel, I. (2022). *EKSPERIMEN FISIKA DASAR I DEVELOPMENT OF COGNITIVE ASSESSMENT INSTRUMENTS*. 2(2), 142–150. <https://doi.org/10.24252/al-khazini.v2i2.31990>
- Asep Sudharto, Ramdan Pelana, & Johansyah Lubis. (2020). Latihan Dribbling dalam Permainan Sepakbola. *Gladi: Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 11(02), 140–150. <https://doi.org/10.21009/gjik.112.06>
- Erianto, B., Irawan, R., & Soniawan, V. (2022). *Sport-Mu Jurnal Pendidikan Olahraga Pengaruh Latihan Ball Feeling terhadap Kemampuan*. 3(1), 21–30.
- Febrian, R. A. (2021). Latihan Ball Feeling Dan Latihan Ladder Drill Terhadap Kelincahan Menggiring Bola Pemain Sepak Bola. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 9(3), 381–390.
- Gidu, D. V., Badau, D., Stoica, M., Aron, A., Focan, G., Monea, D., Stoica, A. M., & Calota, N. D. (2022). The Effects of Proprioceptive Training on Balance, Strength, Agility and Dribbling in Adolescent Male Soccer Players. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(4). <https://doi.org/10.3390/ijerph19042028>
- Indri Susilawai dan Balqis Ratu NL Esser. (2022). Pengaruh Latihan Ball Feeling Terhadap Keterampilan Menggiring Bola Ssb Integral Mataram. *JOURNAL SPORT SCIENCE, HEALTH AND TOURISM OF MANDALIKA (JONTAK) e-ISSN*

- 2722-3116, 3(2), 118–125. <https://doi.org/10.36312/jontak.v3i2.249>
- Iskandar, T., & Pradana, D. (2017). Hubungan Antara Keseimbangan dan Kelincahan Terhadap Keterampilan Menggiring Bola. *Jurnal Motion*, VIII(2), 182–190.
- KUMBARA, H., METRA, Y., & ILHAM, Z. (2019). Analisis Tingkat Kecemasan (Anxiety) Dalam Menghadapi Pertandingan Atlet Sepak Bola Kabupaten Banyuasin Pada Porprov 2017. *Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 17(2), 28. <https://doi.org/10.24114/jik.v17i2.12299>
- Latihan, P., Feeling, B., & Kemampuan, T. (n.d.). *J2IO Jurnal Jendela Ilmu Olahraga*. 28–33.
- Malla Avila, D. E. (2022). PENGEMBANGAN MODEL LATIHAN ZIG-ZAG RUN TERHADAP KELINCAHAN ATLET SEPAK BOLA TUNAS MUDA ACEH SINGKIL Hardi. 2005–2003 ,8.5.2017 ,γ787.
- Menggabungkannya, P. D. (2011). *PENELITIAN KUANTITATIF DAN KUALITATIF SERTA PEMIKIRAN DASAR MENGGABUNGKANNYA Mohammad Mulyadi*. 15(1), 127–138.
- Muhammad Ihsan Shabih, Iyakrus, & Destriani. (2021). Latihan Zig-Zag Terhadap Kelincahan Menggiring Bola Pada Atlet Sepak Bola. *Jurnal Kejaora (Kesehatan Jasmani Dan Olah Raga)*, 6(1), 145–152. <https://doi.org/10.36526/kejaora.v6i1.1289>
- Mustaqim, M. (2018). Model Evaluasi Pembelajaran Stain Kudus (Studi Kasus Sistem Evaluasi Pembelajaran Dosen Prodi Manajemen Bisnis Syari’Ah Stain Kudus). *Quality*, 5(1), 155. <https://doi.org/10.21043/quality.v5i1.3173>
- Naldi, I. Y., & Irawan, R. (2020). Kontribusi Kemampuan Motorik Terhadap Kemampuan Teknik Dasar Pada Atlet Ssb (Sekolah Sepakbola) Balai Baru Kota Padang. *Jurnal Performa Olahraga*, 5(1), 6–11. <https://doi.org/10.24036/jpo133019>
- Pamungkas, A. S. (2021). *Kontribusi Kelincahan Dan Kecepatan Terhadap Keterampilan Menggiring Bola Pada Siswa Ekstrakurikuler Sma Negeri 1 Kerumutan Kabupaten Pelalawan*.
- Pebrima, D., Suhdy, M., & Remora, H. (2021). Pengaruh Latihan Ball Feeling terhadap Kemampuan Dribbling pada Atlet Sekolah Sepakbola (SSB). *E-SPORT: Jurnal Pendidikan Jasmani, Kesehatan Dan Rekreasi*, 1(2), 54–57.

<https://doi.org/10.31539/e-sport.v1i2.2400>

- Rohman, S. (2015). Pengaruh Pelatihan Rope Jump dengan Metode Interval Training Terhadap Kelincahan. *E-Journal Kesehatan Olahraga FIK UNESA*, 3(1), 207–214.
- Saputra, G. Y., & Aguss, R. M. (2021). Minat Siswa Kelas VII Dan VIII Dalam Mengikuti Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan SMP Negeri 15 Mesuji. *Journal Of Physical Education*, 2(1), 17–25. <https://doi.org/10.33365/joupe.v2i1.797>
- Septianingrum, K., Nurfatoni, H. S. M., Priyo, T., & Prasetyo, A. (2022). *JOURNAL OF EDUCATION AND SPORT SCIENCE Pengaruh Latihan Ball Feelling terhadap Kemampuan Dribbling pada Pemain Sepak Bola The Effect of Ball Feeling Practice on Dribbling Ability in Football Players*. 7345, 1–7.
- Soemardiawan, & Wati, S. Y. (2020). Efektifitas Model Latihan E-Movement terhadap Peningkatan Kecepatan dan Kelincahan pada Pemain Sepakbola UNDIKMA FC. *Gladi : Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 11(01), 36–45. <https://doi.org/10.21009/gjik.111.03>
- Sulistiyono, Andry, A., Nawan, P., Fatkurahman, A., Nurhadi, S., & Dewangga, Y. (2021). Effect of 10 weeks game experience learning (GEL) based training on teamwork, respect attitude, skill and physical ability in young football players. *Physical Education Theory and Methodology*, 21(2), 173–179. <https://doi.org/10.17309/TMFV.2021.2.11>
- Sunaryo, F. Y. A. B., Sugiyanto, S., Liskustyawati, H., & Riyadi, S. (2022). The Effect of Agility Drill Training on Agility Dribbling Techniques of Young Female Football Players. *JUMORA: Jurnal Moderasi Olahraga*, 2(2), 174–187. <https://doi.org/10.53863/mor.v2i2.512>
- Tauba, R. F., & HB, B. (2021). Pengembangan instrumen tes dribbling pada permainan futsal menggunakan teknologi mikrokontroler arduino. *Jurnal Keolahragaan*, 9(2), 256–267. <https://doi.org/10.21831/jk.v9i2.41845>
- Yudanto, & Nurcahyo, F. (2020). Bermain Sepak Bola Melalui Pendekatan Taktik Play Soccer Through A Tactical Approach. *JamburaHealth and Sport Journal*, 9(2), pp.1-9.