

**PENGARUH LATIHAN FOOT SPEED LADDER DRILLS  
TERHADAP PENINGKATAN KELINCAHAN MENGGIRING  
BOLA PADA CABANG OLAHRAGA SEPAK BOLA**

*(Studi eksperimen padasiswa sekolah sepakbola PROPELAT U-14 tahun)*

Diajukan untuk Memenuhi Sebagian Syarat  
Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan  
Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga



Oleh :

IMAM TAUFIK HIDAYAT

1203710

**PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA  
FAKULTAS PENDIDIKAN OLAHRAGA DAN KESEHATAN  
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA**

**2016**

**PENGARUH LATIHAN FOOT SPEED LADDER DRILLS  
TERHADAP PENINGKATAN KELINCAHAN MENGGIRING  
BOLA PADA CABANG OLAHRAGA SEPAK BOLA**

Oleh

Imam Taufik Hidayat

Sebuah skripsi yang diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar  
Sarjana pada Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan

© Imam Taufik Hidayat 2016

Universitas Pendidikan Indonesia

Juni 2016

Hak Cipta dilindungi undang-undang.

Skripsi ini tidak boleh diperbanyak seluruhnya atau sebagian,  
dengan dicetak ulang, difotokopi, atau cara lainnya tanpa ijin dari penulis.

## **LEMBAR PENGESAHAN**

Imam Taufik Hidayat

**PENGARUH LATIHAN FOOT SPEED LADDER DRILLS TERHADAP  
PENINGKATAN KELINCAHAN MENGGIRING BOLA PADA CABANG  
OLAHRAGA SEPAK BOLA**

Disetujui dan disahkan oleh pembimbing :

Pembimbing,

(Dr. Berliana, M.Pd.)

NIP: 196205131986022001

Mengetahui,

Ketua Departemen Pendidikan Kepeleatihan

(Dr. Komarudin, M.Pd.)

NIP: 197204031999031003

## PERNYATAAN

Saya menyatakan bahwa skripsi yang berjudul “**Pengaruh Latihan *foot speed ladder drill* terhadap peningkatan kelincahan menggiring bola pada cabang olahraga sepak bola.**” ini sepenuhnya karya sendiri. Tidak ada bagian di dalamnya yang merupakan plagiat dari karya orang lain 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 risiko/sanksi yang dijatuhkan kepada saya apabila kemudian ditemukan adanya pelanggaran terhadap etika keilmuan dalam karya saya ini, atau ada klaim dari pihak lain terhadap keaslian karya saya ini.

Bandung, Agustus 2016  
Yang membuat pernyataan,

**Imam Taufik Hidayat**  
**1203710**

## UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti menyadari bahwa terselesaikannya skripsi ini tidak lepas dari bimbingan dan bantuan dari berbagai pihak, dalam kesempatan ini dengan segala kerendahan hati peneliti mengucapkan terima kasih kepada :

1. ALLAH SWT yang telah memberikan kecerdasan, kemudahan dan kelancaran dalam menyelesaikan penelitian ini.
2. Bapak Dr. H. Yunyun Yudiana, M.Pd selaku Dekan FPOK yang telah mendukung dan memfasilitasi peneliti selama peneliti menempuh kuliah.
3. Bapak Dr. Komarudin selaku ketua Departemen Pendidikan Keahlian Olahraga yang telah membimbing dan mengarahkan peneliti dengan sabar dan memberikan semangat, dorongan selama peneliti menempuh skripsi.
4. Ibu Dr. Berliana, M.Pd selaku dosen pembimbing I yang telah membimbing dan mengarahkan peneliti dengan sabar dan semangat, dorongan selama peneliti menempuh skripsi.
5. Kepada staf dosen Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Universitas Pendidikan Indonesia telah memberikan dukungan dan membimbing selama peneliti menempuh kuliah.
6. Semua dosen dan staf Program Studi Pendidikan Keahlian Olahraga yang telah memberikan dukungan dan membimbing selama peneliti menempuh kuliah.
7. Kedua orang tua tercinta, Bapak Ujang Momo dan Ibu Nani Rohaeti. serta kakak tercinta Yuliana Ika Fatimah, SE dan Dewi Ratnasari, Skom lalu adik tercinta Elis Kurniawati, keponakan tersayang M. Azfar Zaidan, dan Teman hidup Tri Nur Hayati yang telah mencurahkan segala perhatian, pengorbanan dan dukungan yang penuh bagi peneliti.
8. Kepada semua sahabat-sahabatku khususnya Raden arief, Fachmy Noor, Angga Zakaria, Rizkar hidayat, Lazuardi aswin, Bio Prima, Awliya Muhammad, Yunahar Ilyas, dan Ressa Prakasa yang memberikan dukungan penuh dan semangat.
9. Rekan-rekan mahasiswa Pendidikan Keahlian Olahraga untuk kebersamaannya selama ini.

10. Kepada seluruh anggota UKM sepak bola Universitas Pendidikan Indonesia yang telah memberi semangat.
11. Kepada seluruh anggota dan staf SSB PROPELAT yang telah membantu kepada peneliti dalam menyelesaikan skripsi.
12. Semua pihak yang telah membantu dan memberi semangat kepada peneliti.

Peneliti berdoa semoga Allah SWT membalas semua kebaikan yang telah diberikan kepada peneliti dan menggantinya dengan kebaikan yang berlipat dan bermanfaat.

Bandung, Agustus 2016

Peneliti