

**PENGARUH MEDIA BERUBAH TERHADAP KETEPATAN SHOOTING  
DALAM PERMAINAN SEPAK BOLA**

(Penelitian Kuasi Eksperimen Terhadap Atlet SSB Cendekia Putra Kota Bandung  
di Usia Sekolah Dasar)

**SKRIPSI**

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



Oleh

**ACHMAD TRI CHOERI MUKTI**  
**NIM 1804498**

**PROGRAM STUDI**  
**PENDIDIKAN GURU SEKOLAH DASAR PENDIDIKAN JASMANI**  
**UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA**  
**KAMPUS SUMEDANG**  
**2022**

## **HAK CIPTA**

### **PENGARUH MEDIA BERUBAH TERHADAP KETEPATAN *SHOOTING* DALAM PERMAINAN SEPAK BOLA**

(Penelitian Kuasi Eksperimen Terhadap Atlet SSB Cendekia Putra Kota Bandung  
di Usia Sekolah Dasar)

Oleh  
Achmad Tri Choeri Mukti

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

© Achmad Tri Choeri Mukti 2022  
Universitas Pendidikan Indonesia  
Agustus 2022

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

ACHMAD TRI CHOERI MUKTI

### PENGARUH MEDIA BERUBAH TERHADAP KETEPATAN SHOOTING DALAM PERMAINAN SEPAK BOLA

Disetujui dan disahkan oleh:

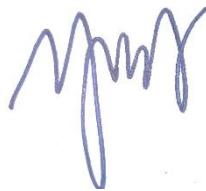
Dosen Pembimbing I :



**Drs. H. Anin Rukmana, M.Pd.**

**NIP. 196002061986031001**

Dosen Pembimbing II :



**Dr. Yogi Akin, M.Pd.**

**NIP. 198010142014041001**

Mengetahui,

Ketua Program Studi PGSD Pendidikan Jasmani S1

UPI Kampus Sumedang



**Prof. Dr. H. Ayi Suherman, M.Pd.**

**NIP. 196002151984111001**

LEMBAR PERSETUJUAN PENGUJI

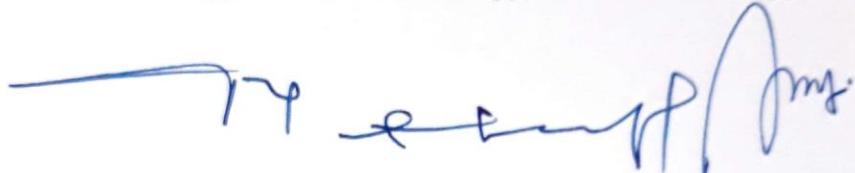
ACHMAD TRI CHOERI MUKTI

PENGARUH MEDIA BERUBAH TERHADAP KETEPATAN SHOOTING  
DALAM PERMAINAN SEPAK BOLA

Penguji I

Penguji II

Penguji III



Drs. H. Anin Rukmana, M.Pd.  
NIP.196002061986031001

Dr. Anggi Setia Lengkana, M.Pd.  
NIP.920200119851119101

Muhammad Nur Alif, M.Pd.  
NIP.920171219910117101

Mengetahui,

Ketua Program Studi PGSD Pendidikan Jasmani S1

UPI Kampus Sumedang



Prof. Dr. H. Ayi Suherman, M. Pd.  
NIP. 196002151984111001

## **ABSTRAK**

Pengaruh Media Berubah Terhadap Ketepatan *Shooting* Dalam Permainan Sepak Bola

Achmad Tri Choeri Mukti  
1804498

Penelitian ini menunjukkan bahwa pentingnya sebuah ketepatan shooting dalam permainan sepak bola untuk dapat memenangkan sebuah pertandingan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adakah pengaruh media berubah terhadap ketepatan *shooting* dalam permainan sepak bola. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuasi eksperimen dengan desain *nonequivalent control group design*. Desain ini membuat peneliti membagi sampel menjadi dua kelompok dengan diantaranya adalah kelompok eksperimen yang diberikan perlakuan sedangkan kelompok kontrol yang tidak diberikan perlakuan. Sampel dalam penelitian ini terdiri dari 30 orang di salah satu SSB yang berada di Kota Bandung dengan ditentukan menggunakan teknik *purposive sampling*. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah tes ketepatan *shooting* yang dikemukakan oleh Sir Bobby Charlton dan dipopulerkan oleh Danny Mielke. Penelitian ini menggunakan *meso cycle* yang mana berlangsung selama 1 bulan sesuai dengan siklus latihan yang dimukakan oleh Herre. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa nilai signifikansi lebih besar dari  $\alpha = \text{sig } 0,927 > 0,05$ , maka  $H_1$  dapat diterima. Sehingga dapat dikatakan bahwa penelitian ini yaitu terdapat pengaruh pengelolaan media yang berubah terhadap ketepatan *shooting* dalam permainan sepak bola.

**Kata kunci:** Ketepatan, *Shooting*, Sepak Bola, Media

## ***ABSTRACT***

*The Effect Of Changing Media On Shooting Accuracy In Soccer Games*

Achmad Tri Choeri Mukti  
1804498

*This research shows that the importance of shooting accuracy in a soccer game is to be able to win a match. This research have aims to determine whether there is an effect of changing media on the accuracy of shooting in soccer games. The method used in this research is a quasi-experimental design with a nonequivalent control group design. This design made the researcher divide the sample into two groups, including the experimental group which was given treatment while the control group was not given any treatment. The sample in this study consisted of 30 people in one of the SSB in the city of Bandung determined using purposive sampling technique. The instrument used in this study is a shooting accuracy test proposed by Sir Bobby Charlton and popularized by Danny Mielke. This research uses a meso cycle which lasts for 1 month according to the exercise cycle proposed by Herre. The results of this research indicate that the significance value is greater than = sig 0.927 > 0.05, then H1 can be accepted. So it can be said that this research has the effect of changing media management on the accuracy of shooting in soccer games.*

**Keywords:** Accuracy, Shooting, Soccer Games, Media

## DAFTAR ISI

<b>LEMBAR PENGESAHAN .....</b>	<b>i</b>
<b>LEMBAR PERSETUJUAN PENGUJI .....</b>	Error! Bookmark not defined.
<b>PERNYATAAN.....</b>	Error! Bookmark not defined.
<b>UCAPAN TERIMAKASIH.....</b>	Error! Bookmark not defined.
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	Error! Bookmark not defined.
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>iii</b>
<b>ABSTRACT .....</b>	<b>iv</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>v</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	Error! Bookmark not defined.
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	Error! Bookmark not defined.
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	Error! Bookmark not defined.
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	Error! Bookmark not defined.
1.1    Latar Belakang .....	Error! Bookmark not defined.
1.2    Rumusan Masalah .....	Error! Bookmark not defined.
1.3    Tujuan Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
1.4    Manfaat Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
1.5    Struktur Organisasi Skripsi .....	Error! Bookmark not defined.
<b>BAB II KAJIAN TEORI .....</b>	Error! Bookmark not defined.
2.1    Sepak Bola.....	Error! Bookmark not defined.
2.1.1    Peraturan Sepak Bola .....	Error! Bookmark not defined.
2.1.2    Teknik Dasar .....	Error! Bookmark not defined.
2.2    Media.....	Error! Bookmark not defined.
2.3    Ketepatan.....	Error! Bookmark not defined.
2.4    Teori .....	Error! Bookmark not defined.
2.4.1    Latihan Fisik .....	Error! Bookmark not defined.
2.4.2    Latihan Teknik .....	Error! Bookmark not defined.
2.4.3    Latihan Taktik .....	Error! Bookmark not defined.
2.4.4    Latihan Mental .....	Error! Bookmark not defined.
2.5    Penelitian Yang Relevan .....	Error! Bookmark not defined.
2.6    Kerangka Berpikir .....	Error! Bookmark not defined.
2.7    Hipotesis Penelitian .....	Error! Bookmark not defined.
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	Error! Bookmark not defined.
3.1    Desain Penelitian .....	Error! Bookmark not defined.
3.1.1    Metode penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
3.1.2    Desain Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
3.2    Partisipan .....	Error! Bookmark not defined.
3.3    Populasi dan Sampel .....	Error! Bookmark not defined.
3.3.1    Populasi.....	Error! Bookmark not defined.
3.3.2    Sampel.....	Error! Bookmark not defined.
3.4    Instrument Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
3.5    Prosedur Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
3.5.1    Program Latihan.....	Error! Bookmark not defined.
3.6    Teknik Pengolahan Data dan Analisis Data .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.6.1    Uji Normalitas .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>

3.6.2	Uji Homogenitas .....	Error! Bookmark not defined.
3.6.3	Uji Hipotesis .....	Error! Bookmark not defined.
<b>BAB IV TEMUAN DAN PEMBAHASAN .....</b>		Error! Bookmark not defined.
4.1	Temuan Penelitian .....	Error! Bookmark not defined.
4.1.1	Data hasil <i>pretest</i> dan <i>posttest</i> .....	Error! Bookmark not defined.
4.1.2	Uji Normalitas .....	Error! Bookmark not defined.
4.1.3	Uji Homogenitas .....	Error! Bookmark not defined.
4.1.4	Uji Hipotesis .....	Error! Bookmark not defined.
4.2	Pembahasan Penelitian .....	Error! Bookmark not defined.
4.2.1	Terdapat pengaruh pengelolaan media yang berubah terhadap ketepatan <i>shooting</i> dalam permainan sepak bola.....	Error! Bookmark not defined.
<b>BAB V SIMPULAN, IMPLIKASI DAN REKOMENDASI ....</b>		Error! Bookmark not defined.
5.1	Simpulan.....	Error! Bookmark not defined.
5.2	Implikasi .....	Error! Bookmark not defined.
5.3	Rekomendasi .....	Error! Bookmark not defined.
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>		vii
<b>LAMPIRAN-LAMPIRAN .....</b>		Error! Bookmark not defined.

## DAFTAR PUSTAKA

- Agustina, R. S. (2020). *Buku Jago Sepak Bola* (1st ed.). Ilmu Cemerlang Group.
- Ahmad, A. M., & Dicky, H. (2019). Pengembangan Media Pembelajaran Interaktif Berbasis Multimedia Pada Mata Kuliah Pembelajaran Sepak Bola. *Jurnal Ilmiah Stok Bina Guna Medan*, 7(November), 67–74.
- Amansyah, A. (2019). Dasar Dasar Latihan Dalam Kepelatihan Olahraga. *Jurnal Prestasi*, 3(5), 42. <https://doi.org/10.24114/jp.v3i5.13448>
- Atiq, A., & Selamet Budiyanto, K. (2020). Analisis Latihan Keterampilan Teknik Dasar Sepak Bola Untuk Atlet Pemula. *Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 4(1), 15–22. <https://doi.org/10.31539/jpjo.v4i1.1482>
- Baidhowi, R. (2014). *Studi Kasus Tentang Keterampilan Dasar Bermain Sepak Bola Pada Ekstrakurikuler Sepak Bola di SMA Negeri 3 Kabupaten Bengkulu Tengah*.
- Batty, E. (2014). *Latihan Metode Baru Sepak Bola Serangan* (Sulistio (ed.)). CV. PIONIR JAYA.
- Calantonea, R. J., Cavusgila, S. T., & Zhaob, Y. (2002). Media & Method. *Industrial Marketing Management*, 31, 515–524. [https://doi.org/10.1016/S0019-8501\(01\)00203-6](https://doi.org/10.1016/S0019-8501(01)00203-6).
- Erfayliana, Y., & Wati, O. K. (2020). Tingkat Keterampilan Dasar Bermain Sepakbola Peserta Didik Kelas Atas Sekolah Dasar. *TERAMPIL: Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran Dasar*, 7(2), 159–166. <http://ejournal.radenintan.ac.id/index.php/terampil/article/view/8119>
- Gumantan, A., & Mahfud, I. (2018). Perbandingan Latihan Dengan Menggunakan Bola Ukuran 4 dan 5 Terhadap Ketepatan Menendang Bola ke Arah Gawang. *Journal of SPORT (Sport, Physical ...)*, 2(1), 1–7. <http://jurnal.unsil.ac.id/index.php/sport/article/view/503>
- Handoko Abdul Harris. (2018). Analisis Kemampuan Teknik Dasar Pemain Sepak Bola SSB Deli Serdang United Kabupaten Deli Serdang. *Jorpres (Jurnal Olahraga Prestasi)*, 14(1), 64–80. <https://doi.org/10.21831/jorpres.v14i1.19982>
- Harsono. (1988). *Aspek-Aspek Psikologis dalam Coaching*. Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.
- Harsono. (2015). *Periodisasi Program Pelatihan*. Remaja Rosdakarya.
- Ihsan, S. M., 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>
- Iqbal, M. M. (2019). *Pengaruh Latihan Menggunakan Alat Bantu Target Ban Motor R-17 Terhadap Ketepatan Shooting Dalam Permainan Sepak Bola (Eksperimen Pada SSB DK Private Kota Tasikmalaya)*. 6(1), 5–9.

- Irfan, M., Yenes, R., Irawan, R., & Oktavianus, I. (2020). Kemampuan teknik dasar sepakbola. *Jurnal Patriot*, 2(3), 720–731. <http://patriot.ppj.unp.ac.id/index.php/patriot/article/view/664>
- Marsaid, A. A., & Rubiyah. (2021). Pengembangan Model Latihan Ketepatan Shooting Sepakbola. *Jurnal Penjakora Edukasimu*, 6(1), 57–64.
- Mielke, D. (2007). *Dasar Dasar Sepak Bola*. Pakar Raya.
- Mikail, K., & Suharjana, S. (2019). Pengembangan model latihan teknik dasar sepakbola bagi anak usia 10-12 tahun di sekolah sepakbola. *Jorpres (Jurnal Olahraga Prestasi)*, 15(1), 14–27. <https://doi.org/10.21831/jorpres.v15i1.26023>
- Nur Rahmad, M. R. (2015). *Pengembangan Model Latihan Shooting Dalam Permainan Sepak Bola di SMK PGRI 3 Kediri Tahun 2015*. 1–20.
- Pane, B. S. (2015). Peranan Olahraga Dalam Meningkatkan Kesehatan. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 21(79), 1–4. <https://jurnal.unimed.ac.id/2012/index.php/jpkm/article/view/4646>
- Perdana, D. S., Sudjana, I. N., & Januarto, O. B. (2017). Pengaruh Latihan Small Sided Games 4X4 Dan 8X8 Terhadap Peningkatan Keterampilan Passing Pada Pemain Sepakbola Ekstrakurikuler Smp Negeri 2 Grati Kabupaten Pasuruan. *Gelanggang Pendidikan Jasmani Indonesia*, 1(1), 40. <https://doi.org/10.17977/um040v1i1p40-55>
- Raharjo, S. M. (2018). Pengembangan Alat Target Tendangan Untuk Melatih Akurasi Shooting Pemain Sepak Bola. *Jorpres (Jurnal Olahraga Prestasi)*, 14(2), 164–177. <https://doi.org/10.21831/jorpres.v14i2.23827>
- Rakasiwi, P. A., Dewi, A. R., & Fitriyanti, R. (2013). Developing Futsal Test Digital Media in Jogja Fik Futsalby Using Macromedia Flash. *Pelita*, VIII(1), 51–62.
- Rinaldi, A. A., Muhtar, T., & Supriyadi, T. (2016). *Pengaruh Media Sasaran Yang Berubah Dalam Shooting Permainan Sepak Bola*. 61–70.
- Santoso, N. (2014). Tingkat Keterampilan Passing-Stoping Dalam Permainan Sepakbola Pada Mahasiswa Pjkr B Angkatan 2013. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, Volume 10,(2), 40–48. <https://journal.uny.ac.id/index.php/jpji/article/view/5699>
- Sari, A. Q., Sukestiyarno, Y. La, & Agoestanto, A. (2017). Batasan Prasyarat Uji Normalitas Dan Uji Homogenitas Pada Model Regresi Linear. *Unnes Journal of Mathematics*, 6(2), 168–177.
- Setyo, B. (2012). *Metodologi Latihan Olahraga*. UM Press.
- Subarjah, H. (2013). Latihan Kondisi Fisik. *Educacion*, 53(9), 266–276.
- Sugiharto, T. (2009). *Pengujian Hipotesis*. 1–9.
- Sugiyono. (2015). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Alfabeta.

- Suherman, B., Haris, I. N., & Risyanto, A. (2018). *Pengaruh Latihan Shooting Menggunakan Metode Drill Terhadap Ketepatan Shooting Ke Gawang Pada Pemain Tunas Muda FC*. 4(2), 132–140.
- Sukma, A. (2016). *Buku Olahraga Paling Lengkap* (Ilmu Redaksi (ed.); 1st ed.). ILMU Bumi Pamulang.
- Suliyanto. (2017). Metode Penelitian Kuantitatif. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 5(2), 223–232.
- Sumartani, T. (2013). *Meningkatkan Keterampilan Heading Bola Kaki Dalam Permainan Sepak Bola Melalui Latihan Lompat-Lompat di Tempat Pada Siswa Kelas V SDN InpresCemerlang*. June, 1–11.
- Tamammudin, M., & Widodo, A. (2020). Pengaruh Latihan Metode Circuit Training Terhadap Keterampilan Shooting Dalam Permainan Sepakbola Pada Sekolah Sepakbola Akrab Kresna. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 8(1), 111–116.
- Taufiqurizza, H. (2012). Tingkat Keterampilan Dasar Permainan Sepak Bola Pada Siswa Sekolah Dasar. *Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreation*, 1(1), 1–3.
- Tommy Tri Wahyuningrat, Herman Subarjah, T. S. (2014). *Pengaruh media sasaran berpindah terhadap ketepatan passing kaki bagian dalam pada permainan sepak bola* 1. 471–480.
- Usmadi, U. (2020). Pengujian Persyaratan Analisis (Uji Homogenitas Dan Uji Normalitas). *Inovasi Pendidikan*, 7(1), 50–62. <https://doi.org/10.31869/ip.v7i1.2281>
- Wardana, C. R., Setiabudi, M. A., & Candra, A. T. (2018). Pengaruh Latihan Small-Sided Games Terhadap Keterampilan Passing, Controlling dan Shooting Peserta Ekstrakurikuler Sepakbola SMK Negeri 1 Tegalsari Kabupaten Banyuwangi. *Jurnal Kejaora (Kesehatan Jasmani Dan Olahraga)*, 3(2), 194–201. <https://doi.org/10.36526/kejaora.v3i2.212>
- Wiguna, I. B. (2017). *Teori dan Aplikasi Latihan Kondisi Fisik* (1st ed.). Rajawali Pers.
- Yuniar, N. A., Safari, I., & Akin, Y. (2019). *Pengaruh Permainan Target Terhadap Akurasi Shooting Dalam Permainan Sepakbola*. 171–180.
- Zulkarnain, F., & Haqiyah, A. (2018). Pengaruh Metode Latihan Dan Motivasi Berprestasi Terhadap Keterampilan Menggiring Bola Pada Permainan Sepak Bola. *Perspektif Ilmu Pendidikan*, 32(1), 15–21. <https://doi.org/10.21009/pip.321.3>

### **Sumber Internet**

Pixabay.com (2013, 18 Oktober) gambar bola diakses dari  
<https://pixabay.com/id/vectors/sepak-bola-bola-olahraga-permainan-157931/>