

**PENGARUH PENDEKATAN BERMAIN DAN LATIHAN SERTA KELINCAHAN  
TERHADAP KEMAMPUAN MENGGIRING BOLA DALAM PERMAINAN  
SEPAKBOLA PADA ANAK KELOMPOK UMUR 10-12 TAHUN  
SSB GARUDA KUWU KECAMATAN KRADENAN  
KABUPATEN GROBOGAN  
TAHUN 2012**



**SKRIPSI**

**OLEH :**  
**MAHENDRA DATA**  
**K 5608114**

**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN**  
**UNIVERSITAS SEBELAS MARET**  
**SURAKARTA**  
*commit to user*  
**Maret 2013**

### PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Mahendra Data

NIM : K 5608114

Jurusan/Program Studi : JPOK/Pendidikan Kepelatihan Olahraga

Menyatakan bahwa skripsi saya berjudul **“PENGARUH PENDEKATAN BERMAIN DAN LATIHAN SERTA KELINCAHAN TERHADAP KEMAMPUAN MENGGIRING BOLA DALAM PERMAINAN SEPAKBOLA PADA ANAK KELOMPOK UMUR 10-12 TAHUN SSB GARUDA KUWU KECAMATAN KRADENAN KABUPATEN GROBOGAN TAHUN 2012”** ini benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri. Selain itu, sumber informasi yang dikutip dari penulis lain telah disebutkan dalam teks dan dicantumkan dalam daftar pustaka.

Apabila pada kemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan skripsi ini hasil jiplakan, saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan saya.

Surakarta, Maret 2013

Yang membuat pernyataan



Mahendra Data

**PENGARUH PENDEKATAN BERMAIN DAN LATIHAN SERTA KELINCAHAN  
TERHADAP KEMAMPUAN MENGGIRING BOLA DALAM PERMAINAN  
SEPAKBOLA PADA ANAK KELOMPOK UMUR 10-12 TAHUN  
SSB GARUDA KUWU KECAMATAN KRADENAN  
KABUPATEN GROBOGAN  
TAHUN 2012**



**Ditulis dan diajukan untuk memenuhi syarat mendapatkan gelar Sarjana  
Pendidikan Program Studi Pendidikan Keperawatan Olahraga  
Jurusan Pendidikan Olahraga dan Kesehatan**

**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS SEBELAS MARET  
SURAKARTA**

**Maret 2013**

## PERSETUJUAN

Skripsi ini telah disetujui untuk dipertahankan di hadapan Tim Penguji Skripsi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret Surakarta.

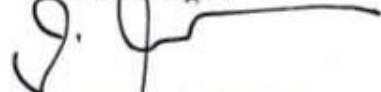
Surakarta, Desember 2012

**Pembimbing I**



**Fadilah Umar S.Pd, M.Or**  
NIP. 19720927 200212 1 001

**Pembimbing II**



**Haris Nugroho, S.Pd, M.Or**  
NIP.19720208 199903 1 003

*commit to user*

### PENGESAHAN

Skripsi ini telah dipertahankan di hadapan Tim Penguji Skripsi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret Surakarta dan diterima untuk memenuhi persyaratan mendapatkan gelar sarjana pendidikan.

Pada hari : Jum'at

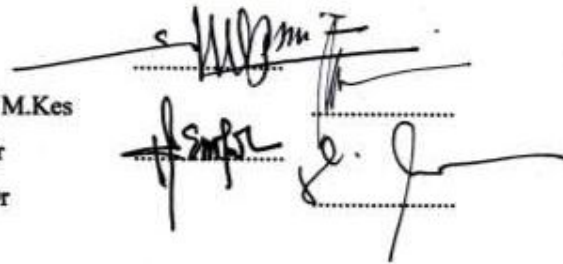
Tanggal : 15 Maret 2013

Tim Penguji Skripsi :

Nama Terang

Tanda Tangan

Ketua : Drs. Mulyono, MM  
Sekretaris : Drs. Bambang Wijanarko, M.Kes  
Anggota I : Fadilah Umar, S. Pd, M.Or  
Anggota II : Haris Nugroho, S.Pd, M.Or



Disahkan oleh:

Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan  
Universitas Sebelas Maret

Dekan,



Prof. Dr. H. M. Furqon Hidayatullah, M.Pd.  
NIP. 19600727198702 1 001

## ABSTRAK

Mahendra Data. **PENGARUH PENDEKATAN BERMAIN DAN LATIHAN SERTA KELINCAHAN TERHADAP KEMAMPUAN MENGGIRING BOLA DALAM PERMAINAN SEPAKBOLA PADA ANAK KELOMPOK UMUR 10-12 TAHUN SSB GARUDA KUWU KECAMATAN KRADENAN KABUPATEN GROBOGAN 2012.** Skripsi, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret Surakarta. Desember 2012.

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui : (1) Pengaruh pendekatan bermain dan latihan terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada anak kelompok umur 10-12 tahun SSB Garuda Kuwu Kecamatan Kradenan Kabupaten Grobogan tahun 2012, (2) Pengaruh kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada anak kelompok umur 10-12 tahun SSB Garuda Kuwu Kecamatan Kradenan Kabupaten Grobogan tahun 2012. (3) Interaksi antara pendekatan bermain dan latihan serta kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada anak kelompok umur 10-12 tahun SSB Garuda Kuwu Kecamatan Kradenan Kabupaten Grobogan tahun 2012.

Penelitian ini menggunakan metode *eksperimen*. Subyek dalam penelitian ini adalah seluruh siswa SSB Garuda Kuwu kelompok umur 10-12 Kecamatan Kradenan Kabupaten Grobogan tahun 2012 dengan jumlah 28 siswa. Dari jumlah populasi 28 orang dilakukan tes dan pengukuran kelincahan dimana hasil tes dan pengukuran kelincahan diklasifikasikan menjadi dua yaitu kelincahan tinggi dan kelincahan rendah. Teknik pengumpulan data dengan tes dan pengukuran kelincahan *shuttle run* dari Eri Pratikayo Dwikusworo (2010 : 46). Dan tes kemampuan menggiring bola berliku-liku (*zig-zag*) sepak bola dari Nobert Rogalski & Ernest G. Diegel yang dikutip oleh Toto Subroto dan Soekatamsi (2008 : 12.17). Teknik analisis data yang digunakan adalah ANAVA 2 x 2 dan uji *Newman Keuls*.

Hasil penelitian : Hasil penelitian diperoleh nilai reliabilitas tes awal kemampuan menggiring bola berliku-liku (*zig-zag*) SSB Garuda Kuwu Kecamatan Kradenan Kabupaten Grobogan 2012 adalah 0,965 dan nilai reliabilitas tes akhir kemampuan menggiring bola berliku-liku (*zig-zag*) SSB Garuda Kuwu Kecamatan Kradenan Kabupaten Grobogan 2012 adalah 0,966. Dari uji normalitas diperoleh nilai  $L_{hitung}$  pada tes awal kelompok 1, kelompok 2, kelompok 3, dan kelompok 4 dan nilai  $L_{hitung}$  pada tes akhir kelompok 1, kelompok 2, kelompok 3, dan kelompok 4 lebih kecil dari nilai  $L_{tabel}$  dengan taraf signifikansi 5%, sehingga disimpulkan bahwa data tes awal dan tes akhir kelompok 1, kelompok 2, kelompok 3, dan kelompok 4 berdistribusi normal. Dari uji homogenitas diperoleh nilai  $\chi^2_{hitung}$  dari tes awal dan tes akhir lebih kecil dari  $\chi^2_{tabel}$  dengan taraf signifikansi 5%, sehingga disimpulkan bahwa kelompok 1, kelompok 2, kelompok 3, dan kelompok 4 memiliki varian yang homogen. Berdasarkan hasil analisis varians dua faktor, dari 4 kelompok yang diberi perlakuan latihan pliometrik diperoleh nilai  $F_o$  sebesar 9,1327 lebih besar dari  $F_t = 4,11$  dengan taraf signifikansi 5%. Dari analisis lanjutan diketahui ternyata menggiring bola dengan pendekatan latihan memiliki peningkatan yang lebih baik terhadap kemampuan menggiring bola dengan nilai rata-rata yaitu 2,317. Sedangkan hasil analisis dua faktor pada kelompok mahasiswa berdasarkan klasifikasi kelincahan

diperoleh nilai  $F_o = 5,2767$  lebih besar dari  $F_t = 4,11$  dengan taraf signifikansi 5%. Dari analisis lanjutan diketahui ternyata siswa yang memiliki kelincahan tinggi mempunyai peningkatan yang lebih baik terhadap kemampuan menggiring bola sepakbola dengan nilai rata-rata yaitu 2,317. Sementara hasil analisis dua faktor interaksi antara pendekatan bermain dan latihan serta kelincahan diperoleh nilai  $F_o = 6,6462$  lebih besar dari  $F_t = 4,11$  dengan taraf signifikansi 5%, sehingga dapat disimpulkan bahwa antara pendekatan bermain dan latihan serta kelincahan, ada interaksi dalam peningkatan kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola

Kesimpulan penelitian ini adalah. (1) Ada pengaruh pendekatan bermain dan latihan terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada anak kelompok umur 10-12 tahun SSB Garuda Kuwu Kecamatan Kradenan Kabupaten Grobogan tahun 2012. (2) Ada pengaruh kelincahan tinggi dan kelincahan rendah terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada anak kelompok umur 10-12 tahun SSB Garuda Kuwu Kecamatan Kradenan Kabupaten Grobogan tahun 2012. (3) Ada interaksi antara pendekatan bermain dan latihan serta kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada anak kelompok umur 10-12 tahun SSB Garuda Kuwu Kecamatan Kradenan Kabupaten Grobogan tahun 2012.

**Kata kunci** : pendekatan bermain, latihan, kelincahan, kemampuan menggiring bola.

## ABSTRACT

Mahendra Data. **EFFECT OF PLAY AND APPROACH TO EXERCISE AND AGILITY DRIBBLING SKILLS FOOTBALL GAMES IN CHILDREN UNDER AGE GROUP 10-12 YEARS OF GARUDA KUWU SSB SUB DISTRICT GROBOGAN KRADENAN 2012.** A Thesis. Teacher Training and Education Faculty of Sebelas Maret University. Surakarta. 2012.

The purpose of this study to determine: (1) Effect of the approach play and practice on dribbling skills in the game of football at a young age group 10-12 years Garuda Kuwu SSB Sub Kradenan Grobogan District in 2012. (2) The influence of agility on dribbling skills in the game of football at a young age group 10-12 years Garuda Kuwu SSB Sub Kradenan Grobogan District in 2012. (3) The interaction between the approach to playing and training and agility on dribbling skills in the game of football at a young age group 10-12 years Garuda Kuwu SSB Sub Kradenan Grobogan District in 2012.

This research uses experimental methods. The subjects in this study were all students SSB Garuda Kuwu age group 10-12 District Kradenan Grobogan District in 2012 with the number of 28 students. Of the total population of 28 people do the test and measurement of agility in which the results of the test and measurement agility agility classified into two: high and low agility. Data collection techniques to the test and measurement of agility shuttle run Eri Pratikayo Dwikusworo (2010: 46). And dribbling skills test winding (zig-zag) football from Nobert Rogalski & Ernest G. Diegel cited by Toto Subroto and Soekatamsi (2008: 12:17). The data analysis technique used is 2 x 2 ANOVA and Newman Keuls test.

The results: The results obtained initial test reliability values dribbling skills zigzag (zig-zag) Garuda Kuwu SSB Sub Kradenan Grobogan District 2012 is 0.965 and the value of the final test reliability dribbling skills zigzag (zig-zag) SSB Garuda Kuwu Sub Kradenan Grobogan District 2012 is 0.966. From the normality test on the values obtained Lhitung initial test group 1, group 2, group 3 and group 4 and Lhitung value at the end of the test group 1, group 2, group 3 and group 4 is smaller than  $L_{table}$  with a significance level of 5%, thus concluded that the initial test data and final test group 1, group 2, group 3 and group 4 were normally distributed. From the homogeneity test diperoleh  $\chi^2_{hitung}$  value of the initial test and final test less than  $\chi^2_{table}$  with a significance level of 5%, so it was concluded that the group 1, group 2, group 3 and group 4 had homogeneous variance. Based on the results of two-factor analysis of variance, of the four groups that were subjected to exercise pliometrik  $F_o$  values obtained at 9.1327 is greater than  $F_t = 4.11$  with a significance level of 5%. Of note turns up analysis dribble training approach has better improvement on the ability to dribble with the average value is 2.317. While the results of the analysis of these two factors on the student agility classification obtained value  $F_o = 5.2767$  is greater than  $F_t = 4.11$  with a significance level of 5%. From further analysis turned out to students who are known to have high agility has improved for better soccer dribbling skills with the average value is 2.317. While the results of the analysis of the interaction between these two factors play approaches and training and agility gained value  $F_o = 6.6462$  is greater than  $F_t = 4.11$  with a significance level of 5%, so it can be



concluded that the approach to playing and training and agility, no interaction in improving dribbling skills in the game of football

The conclusion of this research is. (1) There is the influence of play and exercise approach to dribbling skills in the game of football at a young age group 10-12 years Garuda Kuwu SSB Sub Kradenan Grobogan District in 2012. (2) There is the influence of high agility and agility are low on dribbling skills in the game of football at a young age group 10-12 years Garuda Kuwu SSB Sub Kradenan Grobogan District in 2012. (3) There is interaction between the approach to playing and training and agility on dribbling skills in the game of football at a young age group 10-12 years Garuda Kuwu SSB Sub Kradenan Grobogan District in 2012.

**Keywords:** approach play, practice, agility, dribbling skills.



## MOTTO

- “Ingatlah Allah SWT dimanapun kamu berada”.
- “Pikiran positif itu datang dari kepercayaan, sedangkan ketakutan yang benar adalah ketakutan yang disertai dengan harapan maka timbullah kepercayaan” (buku think positive, feel positive & get positive life)
- “Setinggi-tingginya puncak gunung tidak akan lebih tinggi dari kedua lutut saya” (Trisno Sujarwanto, Wakil Komandan BAKORLAK EMERGENCY SAR UNS)
- “Jangan biarkan keadaan mengontrolmu, Kamulah yang mengontrol keadaan” (Jackie Chan, aktor laga asal Hong Kong)
- “Tetap letakkan kakimu di tanah dan jangan biarkan kepalamu ada di langit” (film : GOAL)
- “Yang terpenting bukanlah apa yang sudah kita miliki, tapi apa yang akan kita dapatkan” (Robert T. Kiyosaki)
- “Pribadi yang berharap dan berusaha melakukan yang terbaik dan bersiap untuk kemungkinan terburuknya” (penulis)

## PERSEMBAHAN

Teriring syukurku pada-Mu, kupersembahkan karya ini untuk :

➤ "Bapak dan Ibu"

*"Terima kasih telah membesarkan dan mendidikku selama ini dengan sabar dan penuh kasih sayang"*

➤ "Dyah Patga Pramusinta dan Dyah Azhari Putri Dewi"

*"Kakak dan adikku tersayang terima kasih atas dukungannya"*

➤ "Alm. Heru Purwanto, Muhammad Ridwan, Yulingga Nanda Hanief, Adhi Wibisono, Aji Kurnia Ramadhan, Aditya Febry Kharisma, Haris Kukuh Triasmono, Tri Yuli Setiono, Ayon Permana Yudha, Yuliantono"

*"Terima kasih atas semangat, perjuangan dan kerjasamanya"*

➤ " Keluarga Besar PENKEPOR angkatan 2008 "

*"Terima kasih teman-teman semua, karena kalianlah hidupku terasa berwarna, saya begitu bangga bisa menjadi bagian dari kalian semua"*

➤ " Keluarga Besar SSB Garuda Kuwu "

*"Terima kasih atas dukungan dan partisipasinya"*

➤ "Keluarga Besar BAKORLAK EMERGENCY SAR UNS"

*"Hari Ini Kami Mengabdikan, Esok Berbakti"*

➤ " Sahabat-sahabat yang selalu memberi dukungan"

➤ " Almamater "

*commit to user*

## KATA PENGANTAR

Segala puji bagi Allah Yang Maha Pengasih dan Penyayang, yang memberi ilmu, inspirasi dan kemuliaan. Atas kehendak-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul **"PENGARUH PENDEKATAN BERMAIN DAN LATIHAN SERTA KELINCAHAN TERHADAP KEMAMPUAN MENGGIRING BOLA DALAM PERMAINAN SEPAKBOLA PADA ANAK KELOMPOK UMUR 10-12 TAHUN SSB GARUDA KUWU KECAMATAN KRADENAN KABUPATEN GROBOGAN TAHUN 2012"**.

Skripsi ini disusun untuk memenuhi sebagian dari persyaratan untuk mendapatkan gelar Sarjana pada Program Studi Pendidikan Keperawatan Olahraga, Jurusan Pendidikan olahraga dan Kesehatan, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Sebelas Maret. Penulis menyadari bahwa terselesaikannya skripsi ini tidak terlepas dari bantuan, bimbingan dan pengarahan dari berbagai pihak. Untuk itu, penulis menyampaikan terima kasih kepada :

1. Prof. Dr. H. M. Furqon Hidayatullah, M.Pd selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret Surakarta.
2. Drs. H. Mulyono, MM selaku Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga dan Kesehatan
3. Drs. Agustiyanto, M.Pd selaku Ketua Program Pendidikan Keperawatan Olahraga, Jurusan Pendidikan Olahraga dan Kesehatan, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret Surakarta.
4. Fadilah Umar, S.Pd, M.Or selaku pembimbing I, yang selalu memberikan motivasi dan bimbingan dalam penyusunan skripsi ini.
5. Haris Nugroho, S.Pd, M.Or selaku pembimbing II, yang selalu memberikan pengarahan dan bimbingan dalam penyusunan skripsi ini.
6. Rekan-rekan pelatih dari SSB Garuda Kuwu yang telah membantu pelaksanaan penelitian.
7. adik-adik SSB Garuda Kuwu kelompok umur 10-12 tahun 2012 yang telah bersedia menjadi subyek dalam penelitian ini.

*commit to user*

8. Semua pihak yang telah turut membantu dalam penyusunan skripsi ini yang tidak mungkin disebutkan satu persatu.

Semoga segala amal baik tersebut mendapatkan imbalan dari Tuhan Yang Maha Esa. Akhirnya berharap semoga hasil penelitian yang sederhana ini dapat bermanfaat.



Surakarta, Maret 2013

Penulis,

## DAFTAR ISI

	<b>Halaman</b>
HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERNYATAAN .....	ii
HALAMAN PENGAJUAN.....	iii
HALAMAN PERSETUJUAN .....	iv
HALAMAN PENGESAHAN.....	v
ABSTRAK .....	vi
HALAMAN MOTTO .....	x
HALAMAN PERSEMBAHAN .....	xi
KATA PENGANTAR.....	xii
DAFTAR ISI.....	xiv
DAFTAR TABEL.....	xvii
DAFTAR GAMBAR .....	xix
DAFTAR LAMPIRAN.....	xx
BAB I. PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah .....	5
C. Pembatasan Masalah .....	5
D. Perumusan Masalah .....	5
E. Tujuan Penelitian .....	6
F. Manfaat Penelitian .....	6
BAB II. KAJIAN PUSTAKA .....	7
A. Kajian Teori .....	7
1. Permainan Sepakbola .....	7
2. Teknik Dasar bermain Sepakbola .....	8
a. Macam-Macam Teknik Dasar Bermain Sepakbola ....	8
b. Pentingnya Menguasai Teknik Dasar Bermain Sepakbola .....	9

3. Teknik Dasar Menggiring Bola.....	9
a. Pengertian Menggiring Bola .....	9
b. Prinsip-prinsip Menggiring Bola .....	10
c. Macam-macam Cara Menggiring Bola.....	11
d. Kegunaan Menggiring Bola.....	13
4. Pembinaan Permainan Sepakbola .....	14
a. Karakteristik Perkembangan Anak .....	14
b. Pembinaan Pemain Sepakbola .....	15
5. Latihan.....	16
a. Pengertian Latihan .....	16
b. Latihan Teknik .....	17
c. Prinsip-prinsip Latihan .....	18
d. Komponen-komponen Latihan .....	20
6. Latihan Menggiring Bola Dengan Pendekatan Bermain dan Pendekatan Berlatih Teknik .....	22
a. Pendekatan Bermain .....	22
b. Pendekatan Berlatih atau Latihan .....	25
7. Kelincahan .....	28
a. Pengertian Kelincahan .....	28
b. Macam-macam Kelincahan.....	28
c. Kegunaan Kelincahan .....	29
B. Kerangka Berpikir.....	29
C. Hipotesis.....	32
BAB III. METODOLOGI PENELITIAN .....	33
A. Tempat dan Waktu Penelitian .....	33
B. Rancangan /Desain Penelitian.....	33
C. Populasi dan Sampel .....	35
D. Teknik Pengumpulan Data.....	35
E. Teknik Analisis Data.....	36

BAB IV. HASIL PENELITIAN .....	41
A. Deskripsi Data.....	41
B. Pengujian Persyaratan Analisis.....	44
C. Pengujian Hipotesis.....	45
D. Pembahasan Hasil Analisis Data.....	48
BAB V. SIMPULAN, IMPLIKASI, DAN SARAN.....	52
A. Simpulan .....	52
B. Implikasi.....	53
C. Saran.....	53
DAFTAR PUSTAKA .....	54
LAMPIRAN.....	56





## DAFTAR TABEL

		Halaman
Tabel 1	Tahap Perilaku Gerak (Motor Behavior) .....	14
Tabel 2	Pembagian Beban (Intensitas) Latihan Berdasarkan Kelompok Umur pada Permainan Sepakbola .....	16
Tabel 3	Model analisis untuk anava dua jalan (rancangan faktorial 2x2).....	34
Tabel 4	Ringkasan ANAVA untuk Eksperimen faktorial 2 x 2.....	38
Tabel 5	Ringkasan Angka-angka Statistik Deskriptif Data Hasil Kemampuan Menggiring Bola Tiap Kelompok Berdasarkan Perlakuan .....	41
Tabel 6	Hasil Uji Normalitas dengan <i>Liliefors</i> .....	44
Tabel 7	Hasil Uji Homogenitas dengan Uji <i>Barlett</i> .....	45
Tabel 8	Ringkasan Nilai Rerata Kemampuan Menggiring Bola .....	46
Tabel 9	Ringkasan Keseluruhan Hasil Analisis Varians Dua Faktor.....	46
Tabel 10	Ringkasan Hasil Uji Rentang <i>Newman Keuls</i> .....	47
Tabel 11	Pengaruh Sederhana, Pengaruh Utama dan Interaksi Faktor Utama terhadap peningkatan Hasil Kemampuan Menggiring Bola.....	50
Tabel 12	Data Hasil Tes Kelincahan SSB Garuda Kuwu .....	66
Tabel 13	Rekapitulasi Data Kelincahan Beserta Klasifikasinya .....	67
Tabel 14	Data Tes Awal Menggiring Bola .....	68
Tabel 15	Data Tes Akhir Menggiring Bola.....	69
Tabel 16	Rekapitulasi Data Hasil Tes Awal Dan Tes Akhir Menggiring Bola Dan Klasifikasi Kelincahan Beserta Pembagian Sampel Ke Sel-Sel.....	70
Tabel 17	Rekapitulasi Data Tes Awal Dan Tes Akhir Menggiring Bola Pada Kelompok 1 (Kelompok Pendekatan Bermain) .....	71
Tabel 18	Rekapitulasi Hasil Tes Awal dan Tes Akhir	

	Menggiring Bola Pada	
	Kelompok 2 (Kelompok Pendekatan latihan).....	72
Tabel 19	Tabel Kerja Untuk Menghitung Reliabilitas Hasil	
	Tes Awal Menggiring Bola.....	73
Tabel 20	Tabel Kerja Untuk Menghitung Reliabilitas Hasil	
	Tes Akhir Menggiring Bola .....	76
Tabel 21	Tabel Kerja Untuk Menghitung Nilai Homogenitas	
	Dan Analisis Varians.....	79
Tabel 22	Hasil Penghitungan Data Untuk Uji Homogenitas	
	Dan Analisis Varians.....	80
Tabel 23	Tabel Harga-Harga Yang Diperlukan Untuk Uji Bartlet .....	84
Tabel 24	Tabel Ringkasan Hasil Analisis Varians.....	85
Tabel 25	Hasil Rentang Newman-Keuls Setelah Anava.....	88

## DAFTAR GAMBAR

	<b>Halaman</b>
Gambar 1 Menggiring bola dengan kura-kura bagian dalam .....	11
Gambar 2 Menggiring bola dengan kura-kura penuh .....	12
Gambar 3 Menggiring bola dengan kura-kura bagian luar .....	12
Gambar 4 Histogram Perbandingan Nilai Rata-Rata Kemampuan Menggiring Bola pada Tes Awal, Tes Akhir tiap Kelompok Berdasarkan Perlakuan dan Kategori Kelincahan .....	43
Gambar 5 Histogram Perbandingan Nilai Rata-Rata Peningkatan Hasil Kemampuan Menggiring Bola tiap Kelompok Perlakuan .....	44
Gambar 6 Bentuk Interaksi Nilai Peningkatan Kemampuan Menggiring Bola.....	50
Gambar 7 Petunjuk Pelaksanaan Tes dan Pengukuran Kelincahan <i>Shuttle Run</i> ...	59
Gambar 8 Petunjuk Pelaksanaan Tes Menggiring Bola Berliku-liku (Zig-zag) dari Nobert Rogalski & Ernest G. Diegel yang dikutip Toto Subroto dan Soekatamsi (2008 : 12.17).....	61
Gambar 9 Dokumentasi Penelitian .....	89

## DAFTAR LAMPIRAN

### Halaman

Lampiran 1	Program Latihan Menggiring Bola Dengan Pendekatan Berlatih .....	56
Lampiran 2	Program Latihan Menggiring Bola Dengan Pendekatan Bermain.....	57
Lampiran 3	Petunjuk Pelaksanaan Tes dan Pengukuran Kelincahan <i>Shuttle Run</i> .....	59
Lampiran 4	Petunjuk Pelaksanaan Tes Kemampuan Menggiring Bola Dalam Permainan Sepakbola .....	60
Lampiran 5	Jenis Permainan .....	62
Lampiran 6	Waktu Penelitian.....	65
Lampiran 7	Tabel 12 Data Hasil Tes Kelincahan SSB Garuda Kuwu Kecamatan Kradenan Kabupaten Grobogan Tahun 2012 .....	66
Lampiran 8	Tabel 13 Rekapitulasi Data Kelincahan Beserta Klasifikasinya..	67
Lampiran 9	Tabel 14 Data Tes Awal Menggiring Bola .....	68
Lampiran 10	Tabel 15 Data Tes Akhir Menggiring Bola.....	69
Lampiran 11	Tabel 16 Rekapitulasi Data Hasil Tes Awal Dan Tes Akhir Menggiring Bola Dan Klasifikasi Kelincahan Beserta Pembagian Sampel Ke Sel-Sel.....	70
Lampiran 12	Tabel 17 Rekapitulasi Data Tes Awal Dan Tes Akhir Menggiring Bola Pada Kelompok 1 (Kelompok Pendekatan Bermain) .....	71
Lampiran 13	Tabel 18 Rekapitulasi Data Tes Awal Dan Tes Akhir Menggiring Bola Pada Kelompok 2 (Kelompok Pendekatan Latihan).....	72
Lampiran 14	Uji Reliabilitas Dengan Anava.....	73
Lampiran 15	Tabel 20 Tabel Kerja Untuk Menghitung Reliabilitas Hasil Tes Akhir Menggiring Bola.....	76

Lampiran 16	Tabel 21 Tabel Kerja Untuk Menghitung Nilai Homogenitas Dan Analisis Varians .....	79
Lampiran 17	Tabel 22 Hasil Penghitungan Data Untuk Uji Homogenitas Dan Analisis Varians.....	80
Lampiran 18	Uji Normalitas Data Dengan Metode Lilliefors.....	81
Lampiran 19	Uji Homogenitas Dengan Uji Bartlet.....	84
Lampiran 20	Analisis Varians .....	85
Lampiran 21	Uji Rata-Rata Rentang <i>Newman-Keuls</i> .....	87
Lampiran 22	Dokumentasi Penelitian.....	89

