

**PERBANDINGAN METODE LATIHAN *FEEDBACK*
LANGSUNG DAN TERTUNDA TERHADAP KEMAMPUAN
DRIBBLING PADA ATLET SEPAKBOLA USIA 9 TAHUN**



Intelligentia - Dignitas

**FRIAGSANDYA NITYAZADA BUDI DHARMAWAN
1604620025**

**Skripsi Ini Disusun Sebagai Salah Satu Persyaratan Untuk Memperoleh
Gelar Sarjana Olahraga**

**PROGRAM STUDI
KEPELATIHAN KECABANGAN OLAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
JULI, 2025**

**PERBANDINGAN METODE LATIHAN *FEEDBACK* LANGSUNG DAN
TERTUNDA TERHADAP KEMAMPUAN *DRIBBLING* PADA ATLET
SEPAKBOLA USIA 9 TAHUN**

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui (1) peningkatan latihan *dribbling feedback* langsung (2) peningkatan latihan *feedback* tertunda (3) perbandingan latihan *dribbling feedback* langsung dan *dribbling feedback* tertunda terhadap kemampuan *dribbling* pada pemain *Brazilian Soccer School Legenda Football Arena (LFA)*. Penelitian dilakukan dengan menggunakan metode kuantitatif komparatif, yaitu membandingkan latihan yang berbeda dan sampel menggunakan sampel jenuh dari keseluruhan populasi dijadikan sampel. *Instrumen test* yang digunakan dalam penelitian ini adalah *zigzag dribbling test*. Teknik analisis data menggunakan teknik analisis uji-t. Hasil ini menyimpulkan bahwa: (1) Latihan *dribbling feedback* langsung menggunakan statistik uji-t diperoleh t_{hitung} sebesar 12,16 dan diperoleh t_{tabel} sebesar 1,761 yang berarti $t_{hitung} > t_{tabel}$, berarti ada perbedaan yang meyakinkan secara (signifikan) antara sebelum dan sesudah diterapkan latihan *dribbling feedback* langsung. (2) Latihan *dribbling feedback* tertunda diperoleh t_{hitung} sebesar 13,54 dan diperoleh t_{tabel} sebesar 1,761 $t_{hitung} > t_{tabel}$, berarti signifikan antara yang sebelum dan sesudah latihan *dribbling feedback* tertunda. (3) Hasil akhir perbandingan kelompok latihan *dribbling feedback* langsung dan *dribbling feedback* tertunda diperoleh nilai t_{hitung} sebesar 0,035 selanjutnya diuji dengan t_{tabel} sebesar 1,701 yang berarti nilai H_0 diterima karena $t_{hitung} < t_{tabel}$. Demikian uji t menyimpulkan bahwa tidak terdapat perbedaan rata-rata hasil test antara kemampuan latihan *dribbling feedback* langsung dan *dribbling feedback* tertunda pada pemain *Brazilian Soccer School LFA* usia 9 tahun.

Kata Kunci: Latihan *Dribbling Feedback* Langsung, Latihan *Dribbling Feedback* Tertunda, *Dribbling*

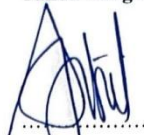
COMPARISON OF DIRECT AND DELAYED FEEDBACK TRAINING METHODS ON DRIBBLING SKILLS IN 9 YEARS OLD SOCCER ATHLETES

ABSTRACT

This study aims to determine (1) the improvement of direct feedback dribbling training (2) the improvement of delayed feedback training (3) the comparison of direct feedback dribbling training and delayed feedback dribbling training on dribbling abilities in Brazilian Soccer School Legenda Football Arena (LFA) players. The study was conducted using a comparative quantitative method, namely comparing different training and samples using saturated samples from the entire population as samples. The test instrument used in this study was the zigzag dribbling test. The data analysis technique used the t-test analysis technique. These results conclude that: (1) Direct feedback dribbling training using t-test statistics obtained a t-count of 12.16 and obtained a *t*table of 1.761 which means t-count > t-table, meaning there is a convincing (significant) difference between before and after the implementation of direct feedback dribbling training. (2) The calculated t-value for the delayed feedback dribbling exercise was 13.54 and the table value was 1.761. The calculated t-value was greater than the table value, indicating a significant difference between the pre- and post-delayed feedback dribbling exercises. (3) The final comparison between the direct feedback dribbling and delayed feedback dribbling exercise groups was 0.035, which was then tested with a t-value of 1.701, indicating a H_0 value was accepted because the calculated t-value was less than the table value. Thus, the t-test concluded that there was no difference in the average test results between the direct feedback dribbling and delayed feedback dribbling exercises in 9 years old Brazil Soccer School LFA players.

Keywords: Direct Feedback Dribbling Training, Delayed Feedback Dribbling Training, Dribbling Skills

LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI

Nama	Tanda Tangan	Tanggal
Pembimbing I		
Nur Fitranto, M.Pd NIP. 198506182015041002		31/07 2025
Pembimbing II		
Burhan Basyiruddin, M.Pd NIP. 199302152024211001		31/07 2025

Nama	Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
1. Dr. Abdul Gani, M.Pd NIP. 197802172006041001	Ketua		31/07 2025
2. Raisa Ganeswara, S.Pd., M.Or NIP. 199609072023212020	Sekertaris		31/07 2025
3. Nur Fitranto, M.Pd NIP. 198506182015041002	Anggota		31/07 2025
4. Burhan Basyiruddin, M.Pd NIP. 199302152024211001	Anggota		31/07 2025
5. Drs. Bambang Sutyono, M.Pd NIP. 196203201987031002	Anggota		04/08 2025

Tanggal Lulus : 29 Juli 2025

PERNYATAAN ORISINALITAS

Dengan ini saya menyatakan bahwa :

1. Skripsi ini adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapat gelar akademik sarjana, baik di Universitas Negeri Jakarta maupun di perguruan tinggi lain.
2. Skripsi ini adalah murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan dari pihak lain, kecuali arahan dosen pembimbing.
3. Dalam skripsi ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan dalam naskah dengan disebutkan nama pengarang dan dicantumkan dalam daftar pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena skripsi ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Negeri Jakarta.

Jakarta, 4 Agustus 2025

Yang Membuat Pernyataan,



Friagsandya Nityazada

1604620025



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
UPT PERPUSTAKAAN

Jalan Rawamangun Muka Jakarta 13220

Telepon/Faksimili: 021-4894221

Laman: lib.unj.ac.id

**LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademika Universitas Negeri Jakarta, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Friagsandya Nityazada Budi Dharmawan
NIM : 1604620025
Fakultas/Prodi : Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan / Kepelatihan Kecabangan Olahraga
Alamat email : nityazadafriagsandya@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah:

☒ Skripsi ☐ Tesis ☐ Disertasi ☐ Lain-lain (.....)

yang berjudul :

PERBANDINGAN METODE LATIHAN FEEDBACK LANGSUNG DAN TERTUNDA TERHADAP
KEMAMPUAN DRIBBLING PADA ATLET SEPAKBOLA USIA 9 TAHUN

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalihmediakan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (*database*), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 4 Agustus 2025

Penulis

()
Friagsandya Nityazada

KATA PENGANTAR

Puji Syukur Saya panjatkan kepada Allah SWT, karena atas berkat rahmat-Nya saya dapat menyelesaikan skripsi ini. Penulisan Skripsi ini dilakukan dalam rangka memenuhi persyaratan untuk mencapai gelar Sarjana Olahraga Program Studi Kepelatihan Kecabangan Olahraga Fakultas Ilmu Olahraga Universitas Negeri Jakarta. Saya menyadari bahwa tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, dari masa perkuliahan sampai pada penyusunan skripsi ini, sangatlah sulit bagi saya untuk menyelesaikan Skripsi ini.

Oleh karena itu, saya mengucapkan terima kasih kepada **Bapak Prof. Dr. Komarudin, M.Si** selaku Rektor Universitas Negeri Jakarta, Ibu **Prof. Dr. Nofi Marlina Siregar, S.Pd., M.Pd.** selaku Dekan Fakultas Ilmu Olahraga Universitas Negeri Jakarta, Bapak **Dr. Abdul Gani, S. Pd, M. Pd,** selaku Koordinator Program Studi Kepelatihan Kecabangan Olahraga, Bapak **Nur Fitranto, M.Pd. dan Bapak Burhan Basyiruddin, M.Pd** selaku Dosen pembimbing yang telah menyediakan waktu, tenaga dan pikiran untuk saya dalam penyusunan skripsi ini, Pihak *Brazilian Soccer School LFA*, yang telah banyak membantu dalam usaha memperoleh data yang saya perlukan, **Ayah Budi Santoso, Ibu Anik Aguastuti** dan keluarga saya, yang telah memberikan dukungan material maupun moral, dan banyak membantu saya dalam menyelesaikan skripsi ini.

Akhir kata, saya berharap Allah SWT berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga skripsi ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu pengetahuan keolahragaan.

Jakarta, 16 Juli 2025

FN

DAFTAR ISI

Halaman

KATA PENGANTAR	i
DAFTAR ISI	ii
DAFTAR TABEL	iv
DAFTAR GAMBAR	v
DAFTAR LAMPIRAN	vi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Identifikasi Masalah	7
C. Pembatasan Masalah	8
D. Perumusan Masalah	9
E. Kegunaan Hasil Penelitian	9
BAB II KAJIAN TEORITIK	11
A. Deskripsi Konseptual	11
1. Menggiring Bola (<i>Dribbling</i>)	11
2. <i>Feedback</i> Langsung	17
3. <i>Feedback</i> Tertunda	20
4. Karakteristik Sepakbola	22
5. Metode Latihan	53
6. Karakteristik Usia 9 Tahun	61
B. Kerangka Berpikir	67
C. Hipotesis Penelitian	71
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	72
A. Tujuan Penelitian	72
B. Tempat dan Waktu Penelitian	72
1. Tempat Penelitian	72
2. Waktu Penelitian	72
C. Metode Penelitian	73

D. Populasi dan Sampel	75
1. Populasi	75
2. Sampel	75
E. Teknik Pengumpulan Data	77
1. Instrumen Penelitian	77
F. Teknik Analisis Data	78
G. Hipotesis Statistika	81
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	83
A. Deskripsi Data	83
1. Hasil <i>Pretest</i> dan <i>Posttest Dribbling Feedback</i> Langsung	83
2. Hasil <i>Pretest</i> dan <i>Posttest Dribbling Feedback</i> Tertunda	87
B. Pengujian Hipotesis.....	90
1. Hasil <i>Pretest</i> dan <i>Posttest Test Dribbling Feedback</i> Langsung	90
2. Hasil <i>Pretest</i> dan <i>Posttest Test Dribbling Feedback</i> Tertunda	91
3. Hasil Akhir Perbandingan Kelompok <i>Dribbling Feedback</i> Langsung dan <i>Feedback</i> Tertunda	91
C. Pembahasan Hasil	92
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	95
A. Kesimpulan	92
B. Saran	92
DAFTAR PUSTAKA	97
LAMPIRAN	103

DAFTAR TABEL

	Halaman
1. Kelebihan dan Kekurangan Metode <i>Feedback</i> Langsung dan <i>Feedback</i> Tertunda	70
2. Waktu Penelitian	73
3. Deskripsi Data	83
4. Data Hasil <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Latihan <i>Dribbling Feedback</i> Langsung...	84
5. Distribusi <i>Pretest</i> Latihan <i>Dribbling Feedback</i> Langsung	85
6. Distribusi <i>Posttest</i> Latihan <i>Dribbling Feedback</i> Langsung	86
7. Data Hasil <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Latihan <i>Dribbling Feedback</i> Tertunda	87
8. Distribusi <i>Pretest</i> Latihan <i>Dribbling Feedback</i> Tertunda.....	88
9. Distribusi <i>Posttest</i> Latihan <i>Dribbling Feedback</i> Tertunda	89



DAFTAR GAMBAR

	Halaman
1. <i>Dribbling</i> Dengan Kaki Bagian Dalam	14
2. <i>Dribbling</i> Dengan Kaki Bagian Luar	15
3. <i>Dribbling</i> Dengan Punggung Kaki	15
4. Teknik <i>Passing</i>	37
5. Teknik <i>Shooting</i>	39
6. Teknik Menyundul Bola	40
7. Desain Penelitian.....	74
8. Tes Menggiring Bola.....	77
9. Diagram Histogram <i>Pretest Dribbling Feedback</i> Langsung	85
10. Diagram Histogram <i>Posttest Dribbling Feedback</i> Langsung	86
11. Diagram Histogram <i>Pretest Dribbling Feedback</i> Tertunda.....	89
12. Diagram Histogram <i>Posttest Dribbling Feedback</i> Tertunda	90

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
1. Data Penelitian	103
2. Distribusi Frekuensi	106
3. <i>Uji-t Paired Dependent</i>	118
4. <i>Uji-t Paired Independent</i>	122
5. T-Tabel.....	125
6. Perbandingan Kelompok <i>Feedback</i> Langsung dan <i>Feedback</i> Tertunda ...	126
7. Program Latihan.....	127
8. Dokumentasi	141
9. Surat Izin Penelitian	144
10. Surat Balasan Penelitian.....	145
11. Surat Keterangan Validasi Oleh Dosen Ahli	146
12. Riwayat Hidup	147

