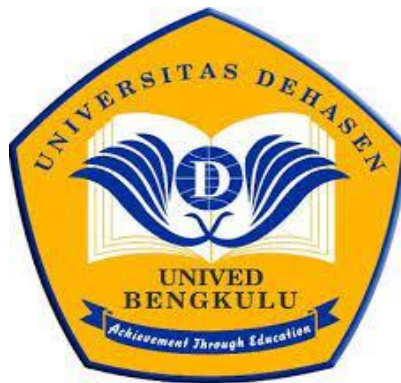


**UPAYA MENINGKATKAN HASIL BELAJAR *PASSING*
DENGAN KAKI BAGIAN DALAM SEPAK BOLA
MENGUNAKAN METODE BERMAIN PADA SISWA KELAS
V SD NEGERI 170 BENGKULU UTARA**

SKRIPSI



**OLEH:
SANDI PUTRA
NPM. 19190026**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI
FAKULTAS KEGURUAN DAN PENDIDIKAN
UNIVERSITAS DEHASEN BENGKULU
2023**

LEMBAR PERSETUJUAN
UPAYA MENINGKATKAN HASIL BELAJAR *PASSING*
DENGAN KAKI BAGIAN DALAM SEPAK BOLA
MENGGUNAKAN METODE BERMAIN PADA SISWA KELAS
V SD NEGERI 170 BENGKULU UTARA

SKRIPSI

OLEH :

SANDI PUTRA
NPM. 19190026

Telah Disetujui Dan Disahkan
Oleh Dosen Pembimbing Untuk Disidangkan

Bengkulu, Januari 2023

Pembimbing I



Deffri Anggara, M.Pd.AIFO
NIDN. 0225129501

Pembimbing II



Dr. Lina Tri Astuty Beru Sembiring, M.Pd
NIDN. 0207128501

Mengetahui,
Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani
Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan
Universitas Dehasen Bengkulu



Martiani, M.TPd
NIK. 1703141

LEMBAR PENGESAHAN
UPAYA MENINGKATKAN HASIL BELAJAR *PASSING*
DENGAN KAKI BAGIAN DALAM SEPAK BOLA
MENGGUNAKAN METODE BERMAIN PADA SISWA KELAS
V SD NEGERI 170 BENGKULU UTARA




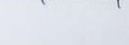
SKRIPSI

OLEH :

SANDI PUTRA
NPM. 19190026

Telah Disahkan Oleh Dosen Penguji
Pada Tanggal 26 Mei 2023
Dan Dinyatakan Lulus

SUSUNAN DEWAN PENGUJI

No	Kedudukan	Nama	NIDN	Tanda Tangan
1	Ketua	Deffri Anggara M.Pd . AIFO	0225129501	
2	Sekretaris	Dr. Lina Tri Astuty B.S., M.Pd	0207128501	
3	Penguji I	Mariska Febrianti , SS. M.Pd	0206029201	
4	Penguji II	Dra. Asnawati , M.Kom	0221066601	

Bengkulu, 26 Mei 2023
Mengetahui,
Dekan Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan
Universitas Dehasen Bengkulu


Dra. Asnawati, S.Kom., M.Kom
NIK. 1703007

PERNYATAAN KEASLIAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Sandi Putra
Npm : 19190026
Program Studi : Pendidikan Jasmani
Fakultas : Keguruan Dan Ilmu Pendidikan

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi yang saya tulis ini benar-benar karya saya sendiri bukan merupakan plagiasi baik sebagai maupun seluruhnya. Adapun bagian-bagian tertentu dalam penulisan skripsi yang saya kutip dari hasil karya orang lain telah dituliskan sumbernya secara jelas sesuai dengan norma, kaidah, dan etika penulis ilmiah.

Apabila dikemudian hari terbukti atau dibuktikan bahwa skripsi ini hasil plagiasi baik sebagian atau seluruhnya, maka saya bersedia menerima sanksi pencabutan gelar akademik yang saya sandang dan sanksi-sanksi sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Bengkulu, 29 Mei 2023



SANDI PUTRA

NPM.19190026

RIWAYAT HIDUP PENULIS

Nama : SANDI PUTRA
Npm :19190026
Tempat/tanggal lahir : Desa Kali II 06 November 2000
Agama : Islam
Alamat : Jalan Kh Ahmad Dahlan Kabupaten Bengkulu
Utara, Bengkulu

Nama Orang Tua

Ayah : Jakarudin
Ibu : Indit Garnasih
Alamat : Jalan Kh Ahmad Dahlan Kabupaten Bengkulu
Utara, Bengkulu

Riwayat Pendidikan

SD Negeri 24 Bengkulu Utara
SMP Negeri 02 Bengkulu Utara
SMA Negeri 02 Bengkulu Utara

MOTTO

”Sesulit apa pun rintangan untuk sukses, jika sudah berusaha pasti akan tercapai. Usaha tidak akan mengkhianati hasil. Ingat ada wajah orang tua yang harus tersenyum bahagia melihat kesuksesan dirimu”

(Sandi Putra 2023)

“Nikmati Proses jalani dan ikuti arusnya, terkait hasil kita serahkan pada yang maha kuasa”

PERSEMBAHAN

Dengan mengucapkan Alhamdulillah atas semua limpah, rahmat dan kasih sayang-nya dengan tulus kupersembahkan Tugas Akhir ku ini untuk orang-orang yang aku cintai sepenuh hati :

- ❖ Pada Allah SWT Terimakasih atas segala rahmat dan hidayah-nya, Tugas Akhir ini dapat diselesaikan dengan baik.
- ❖ Kedua Orang Tua tersayang, Ayah dan Mamak yang senantiasa mendo'akan yang terbaik, sehingga dapat terselesaikan Tugas Akhir ku ini, Terimakasih.
- ❖ Adek dan Seluruh Keluarga ku Terima kasih buat Sport dan Do'a-nya selalu ada di saat susah dan bahagia.
- ❖ Orang Yang Spesial di dalam hatiku Terima Kasih telah Menyemangati hari-hariku, selalu ada disaat sedih maupun bahagia, dan sehingga Tugas Akhir ku ini terselesaikan dengan baik.
- ❖ Teman-teman penjas dan Sahabat saya di Argamakmur yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu. Teimakasih.
- ❖ Terima Kasih buat yang sudah mendo'akan ku untuk kelancaran dan kemudahan semua urusan yang aku lalui.
- ❖

Terima kasih ya Allah karena engkau telah memberikan anugerah terbesar dan terindah dalam hidup ku.....

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur kehadiran Allah S.W.T, karena atas kasih dan rahmat-Nya sehingga penyusunan proposal dengan judul “*Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Passing Dengan Kaki Bagian Dalam Sepak Bola Menggunakan Metode Bermain Pada Siswa Kelas V SD Negeri 170 Bengkulu Utara*” dapat diselesaikan dengan lancar. Selesaiannya penyusunan skripsi ini tidak terlepas dari bantuan berbagai pihak, untuk itu pada kesempatan ini disampaikan ucapan terima kasih sebesar-besarnya kepada yang terhormat:

1. Prof. Dr. Husaini, SE., M.Si., Ak, CA, CRP selaku Rektor Universitas Dehasen Bengkulu.
2. Dra. Asnawati, S.Kom., M.Kom selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Jasmani Universitas Dehasen Bengkulu.
3. Martiani, M.TPd selaku Ketua Jurusan Pendidikan Jasmani, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan.
4. Deffri Anggara, M.Pd. AIFO selaku Dosen Pembimbing 1 Jurusan Pendidikan Jasmani, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan.
5. Dr. Lina Astuty Beru Sembiring, M.Pd selaku Dosen Pembimbing 2 Jurusan Pendidikan Jasmani, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan.
6. Heldawati S.Pd Selaku Kepala Sekolah Dasar Negeri 170 Bengkulu Utara.
7. Seluruh Pihak Sekolah Dasar Negeri 170 Bengkulu Utara yang telah memberikan ruang kesempatan yang luas untuk penelitian ini.
8. Semua pihak yang tidak saya sebutkan satu persatu, yang telah memberikan bantuan pelaksanaan penelitian dan penyusunan proposal

ini, semoga segala bentuk bantuan yang telah diberikan menjadi amal ibadah dan bernilai pahala di sisi Allah SWT.

Sangat disadari bahwa skripsi ini masih sangat jauh dari sempurna, baik penyusunannya maupun penyajiannya disebabkan oleh keterbatasan pengalaman dan pengetahuan yang dimiliki. Oleh karena itu, segala bentuk masukan yang membangun sangat diharapkan demi perbaikan lebih lanjut. Semoga tugas akhir ini dapat bermanfaat bagi para pembaca yang budiman.

Bengkulu, Mei 2023

Penulis,

SANDI PUTRA

NPM.19190026

ABSTRAK

UPAYA MENINGKATKAN HASIL BELAJAR *PASSING* DENGAN KAKI BAGIAN DALAM SEPAK BOLA MENGGUNAKAN METODE BERMAIN PADA SISWA KELAS V SD NEGERI 170 BENGKULU UTARA

OLEH:

SANDI PUTRA
NPM. 19190026

Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui sejauh mana peningkatan hasil belajar *passing* dengan kaki bagian dalam pada sepak bola menggunakan metode bermain pada siswa kelas V SD Negeri 170 Bengkulu Utara. Subjek penelitian ini adalah siswa kelas V SDN 170 Bengkulu Utara yang berjumlah 24 siswa tahun ajaran 2022/2023. Terdapat 12 siswa putri dan 12 siswa putra di kelas V SDN 170 Bengkulu Utara. Lokasi Penelitian di SDN 170 Bengkulu Utara. Sekolah ini berlokasi di Desa Air Merah, Kec. Arma Jaya, Kab. Bengkulu Utara Prov. Bengkulu. Instrumen penelitian ini yaitu tes, lembar observasi, dan dokumentasi. Tahapan penelitian meliputi tahap perencanaan, pelaksanaan tindakan, pengantaran dan refleksi. Penelitian ini dilaksanakan dalam dua siklus. Hasil penelitian ini membuktikan bahwa metode bermain sangat efektif dalam meningkatkan hasil belajar *passing* kaki bagian dalam pada permainan sepak bola di SDN 170 Bengkulu Utara. Peningkatan hasil belajar *passing* dengan kaki bagian dalam pada sepak bola menggunakan metode bermain yaitu dengan nilai rata-rata 70 di siklus I meningkat menjadi 81 di siklus II. Diharapkan dalam pengembangan metode belajar yang diberikan khususnya metode bermain perlu memperhatikan karakteristik perkembangan dan tujuan yang ingin dicapai sehingga apa yang diharapkan dari hasil belajar tersebut akan dapat terarahkan dengan baik.

Kata Kunci: *Passing* dengan Kaki Bagian Dalam, Sepak bola, Metode Bermain

ABSTRACT

EFFORTS TO IMPROVE STUDENTS' LEARNING OUTCOMES IN THE INSTEP PASS OF FOOTBALL USING PLAYING METHOD IN CLASS V AT SD NEGERI 170 NORTH BENGKULU

By:
Sandi Putra¹⁾
Deffri Anggara²⁾
Lina Tri Astuty Beru Sembiring²⁾

The purpose of this study is to find out how far the learning outcomes of instep pass of football using playing method were increased in fifth grade students at SD Negeri 170 North Bengkulu. The subjects of this study were fifth grade students at SDN 170 North Bengkulu, with totaling 24 students for 2022/2023 academic year. There are 12 female students and 12 male students in class V at SDN 170 North Bengkulu. Research Location at SDN 170 North Bengkulu. This school is located in Air Merah Village, Arma Jaya Sub-District, North Bengkulu Regency, Bengkulu Province. The research instruments are tests, observation sheets, and documentation. The stages of research include planning, implementation, action and reflection stages. This research was conducted in two cycles. The results of this study show that the playing method is very effective in improving learning outcomes of instep pass in football games at SDN 170 North Bengkulu. The improving of instep pass learning outcomes in football games using the playing method with an average value of 70 in cycle I increased to 81 in cycle II. It is hoped that in the development of the learning method given, especially the playing method, it is necessary to pay attention in characteristics of development and the goals to be achieved so that what is expected from the learning outcomes will be well directed.

Keywords: Instep Pass, Football, Playing Method.

1) Student

2) Supervisors

DAFTAR ISI

HALAMAN COVER	i
LEMBAR PERSETUJUAN	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
SURAT PERNYATAAN	iv
RIWAYAT HIDUP	v
MOTTO & PERSEMBAHAN	vi
KATA PENGANTAR	vii
ABSTRAK	ix
ABSTRACT	x
DAFTAR ISI	xi
BAB I PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Identifikasi Masalah.....	4
1.3 Batasan Masalah	4
1.4 Rumusan Masalah	5
1.5 Tujuan Penelitian	5
1.6 Manfaat Penelitian	5
1. Manfaat Teoritis.....	5
2. Manfaat Praktis	5
BAB II LANDASAN TEORI	
2.1 Deskripsi Konseptual	7
2.2 Hasil Penelitian yang Relevan	24
2.3 Kerangka Berfikir	25
2.4 Hipotesis Tindakan	25
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	
3.1 Subjek,Lokasi dan Waktu Penelitian	26
3.2 Kehadiran Peneliti.....	26
3.3 Tahap Penelitian.....	27
3.4 Indikator Penelitian	28

3.5 Instrumen Penelitian	29
3.6 Prosedur Penelitian	35
3.7 Data dan Sumber Data	36
3.8 Teknik Pengumpulan Data.....	36
3.9 Teknik Analisis Data.....	37
3.10 Indikator Keberhasilan Penelitian.....	38
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	
4.1 Hasil Penelitian	40
4.1.1 Deskripsi Data Siklus I.....	40
4.1.2 Deskripsi Data Siklus II	46
4.2 Pembahasan.....	52
BAB V SIMPULAN DAN SARAN	
5.1 Simpulan	56
5.2 Saran	56

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pendidikan jasmani merupakan proses pembelajaran yang direncanakan melalui kegiatan fisik untuk meningkatkan pengetahuan siswa baik segi psikomotor, afektif dan kognitif, serta meningkatkan kebugaran fisik mengembangkan keterampilan, dan perilaku hidup sehat, aktif, sportif, kecerdasan emosional dengan demikian pendidikan jasmani tidak hanya ditujukan pada fisik tetapi juga pengembangan individu secara menyeluruh.

Dalam pembelajaran pendidikan jasmani terdapat bermacam-macam cabang olahraga dan permainan. Sepakbola merupakan salah satu cabang olahraga dan permainan yang termasuk dalam materi pokok pendidikan jasmani. Sepakbola merupakan permainan beregu dimana setiap regu beranggotakan sebelas pemain yang salah satunya adalah penjaga gawang. Dalam sepakbola permainan ini hampir seluruhnya dimainkan menggunakan tungkai, kecuali penjaga gawang yang diperbolehkan menggunakan lengannya di daerah tendangan hukumannya (Soecipto, 2014).

Sepak bola merupakan salah satu cabang olahraga yang sudah sangat memasyarakat dan mendunia. Saat ini permainan sepak bola tidak hanya sebagai olahraga semata namun sudah menjadi icon dalam berbagai sisi kehidupan. Permainan sepak bola yang kita mainkan saat ini, menyimpan sejarah yang sampai saat ini belum dikatakan final, maksudnya belum diketahui secara jelas asal usulnya, tetapi sebagian sejarah menyebutkan bahwa sepak bola berasal dari Romawi, dan ada sejarah yang mengatakan

bahwa sepak bola berasal dari Tiongkok. Menurut Hidayat (2017) sepak bola merupakan salah satu cabang olahraga yang dimainkan diluar ruangan. Sepak bola merupakan jenis olahraga beregu yang dimainkan oleh 11 orang di lapangan dengan bola sebagai alat permainannya. Olahraga sepak bola lebih dominan dimainkan dengan menggunakan tungkai, kaki, badan dan kepala, kecuali penjaga gawang dapat menggunakan tangan. Tujuan permainan ini adalah memasukkan bola sebanyak-banyaknya ke gawang lawan dan mempertahankan gawang sendiri dari serangan lawan.

Dalam permainan sepak bola terdapat beberapa teknik dasar yang harus dikuasai, diantaranya menggiring bola (dribbling), menendang bola (shooting), menghentikan bola (trapping), dan mengoper bola (passing). Menurut Mielke dalam (Kuswanto, 2019), penguasaan teknik dasar sepak bola merupakan unsur-unsur yang akan menentukan hasil dalam sebuah pertandingan. Teknik dasar permainan sepak bola harus benar-benar dikuasai terlebih dahulu agar dapat mengembangkan pola permainan sehingga pertandingan menjadi seperti yang benar-benar diinginkan. Penguasaan teknik-teknik dasar yang baik merupakan awal dari sebuah taktik permainan yang baik pula.

Passing merupakan teknik dasar yang paling sering digunakan dalam permainan sepakbola. Menurut Effendi (2017) passing sebagai salah satu teknik dasar dalam permainan sepakbola yang harus dikuasai setiap pemain, karena ketrampilan tersebut membantu dalam membangun serangan ke arah pertahanan lawan serta dapat menciptakan peluang-peluang untuk terjadinya gol. Melihat betapa pentingnya penguasaan teknik dasar bermain sepakbola,

maka bagi setiap pemain pemula (siswa sekolah) perlu dilatih dengan baik dan benar. Salah satu jenis passing yang cukup sulit dilakukan siswa yaitu passing kaki bagian dalam.

Kemampuan passing kaki bagian dalam adalah kemampuan seseorang pemain penyerang menguasai bola untuk memindahkan ke daerah yang lain dengan cepat dengan tujuan pembangunan serangan ke daerah pertahanan lawan untuk bisa membuat suatu gol dengan melakukan passing pendek dengan tujuan permainan yang baik agar dapat membuat gol di gawang lawan. Berdasarkan hasil pengamatan peneliti di kelas V SDN 170 Bengkulu Utara, dari total 20 siswa hanya 8 siswa atau 40% yang memperoleh nilai diatas KKM 75 dan sisanya 12 siswa atau 60% yang belum tuntas. Hasil yang diperoleh ini sangat rendah sehingga peneliti berusaha untuk memperbaiki permasalahan yang ditemukan di kelas ini. Mata pelajaran pendidikan jasmani dalam K13 terdapat mata pelajaran sub tema sepakbola atau permainan bola besar dimana siswanya masih kurang melakukan passing kaki bagian dalam.

Salah satu metode yang dipercaya dapat meningkatkan hasil passing kaki bagian dalam pada permainan sepakbola yaitu metode bermain. Metode bermain merupakan suatu cara yang digunakan untuk menyampaikan pelajaran dengan mensimulasikan suatu permainan yang berkaitan dengan materi tersebut. Guru bertugas mengawasi kelompok-kelompok ini berdasarkan lima elemen kooperatif diantaranya interpedensi positif, akuntabilitas individu, interaksi langsung, keterampilan-keterampilan sosial, dan pemrosesan kelompok (Rusdi & Julfiansyah, 2016). Metode ini

bertujuan agar seluruh siswa dapat aktif dan lebih bersemangat dalam mengikuti pembelajaran Pendidikan Jasmani, kesehatan dan rekreasi dengan memberikan suatu metode pembelajaran yang bersifat kerja kelompok agar siswa dapat berperan aktif semua nantinya.

Berdasarkan uraian di atas, peneliti akan melakukan penelitian yang berjudul “Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Passing Dengan Kaki Bagian Dalam Sepak Bola Menggunakan Metode Bermain Pada Siswa Kelas V SD Negeri 170 Bengkulu Utara”.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, terdapat beberapa masalah dalam Passing kaki bagian dalam pada permainan sepak bola di kelas V SDN 170 Bengkulu Utara. Masalah yang teridentifikasi yaitu:

- a. Masih kurangnya gerakan eksplosif dari para siswa saat melakukan *passing*. Hal itu dikarenakan masih kurangnya media latihan eksplosif saat latihan sepak bola.
- b. Perlunya metode latihan yang mendukung keterampilan passing kaki bagian dalam.
- c. Metode latihan yang monoton.
- d. *Passing* kaki bagian dalam cukup sulit dilakukan oleh kebanyakan siswa sekolah dasar.

1.3 Batasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah, maka dalam penelitian ini dibatasi pada “Upaya Meningkatkan Hasil Belajar *Passing* Kaki Bagian Dalam Sepak Bola Menggunakan Metode Bermain Pada Siswa Kelas V SD Negeri 170 Bengkulu Utara”.

1.4 Rumusan masalah

Penelitian ini didasari oleh rumusan masalah, yaitu: “Bagaimana peningkatan hasil belajar *passing* dengan kaki bagian dalam pada sepak bola menggunakan metode bermain pada siswa kelas V SD Negeri 170 Bengkulu Utara”

1.5 Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui sejauh mana peningkatan hasil belajar *passing* dengan kaki bagian dalam pada sepak bola menggunakan metode bermain pada siswa kelas V SD Negeri 170 Bengkulu Utara

1.6 Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat digunakan baik secara teoritis maupun praktis. Secara teoritis, penelitian ini mampu memberi kontribusi dalam penggunaan metode bermain sebagai inovasi baru dalam meningkatkan hasil belajar *passing* pada permainan sepak bola.

2. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai acuan bagi peneliti selanjutnya yang tertarik untuk meneliti tentang *passing* kaki bagian dalam dengan penggunaan metode bermain.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Deskripsi Konseptual

2.1.1 Permainan Sepak Bola

a. Hakikat Sepak Bola

Sepak bola merupakan cabang olahraga yang sangat terkenal dan digemari oleh semua lapisan masyarakat. Dewasa ini sepak bola dimainkan bukan sekedar hiburan atau pengisi waktu senggang, akan tetapi para pemain dan pelatihnya diharapkan untuk berprestasi setinggi-tingginya. Prestasi yang tinggi hanya dapat dicapai dengan latihan-latihan yang direncanakan dengan baik dan dilakukan secara terus menerus. Hal ini sangatlah wajar, karena sepak bola sudah dipertandingkan baik ditingkat daerah, nasional maupun internasional sejak lama.

Menurut Hidayat (2017) sepak bola merupakan salah satu cabang olahraga yang dimainkan diluar ruangan. Sepak bola merupakan jenis olahraga beregu yang dimainkan oleh 11 orang di lapangan dengan bola sebagai alat permainannya. Olahraga sepak bola lebih dominan dimainkan dengan menggunakan tungkai, kaki, badan dan kepala, kecuali penjaga gawang dapat menggunakan tangan. Tujuan permainan ini adalah memasukkan bola sebanyak-banyaknya ke gawang lawan dan mempertahankan gawang sendiri dari serangan lawan.

Tujuan utama orang bermain sepak bola adalah untuk mencari kemenangan. Salah satu faktor agar dapat mencapai kemenangan adalah menguasai teknik-teknik bermain sepak bola. Teknik dasar sepak bola

adalah semua gerakan tanpa bola maupun dengan bola yang diperlukan dalam bermain sepak bola. Jadi teknik dasar bermain sepak bola adalah kemampuan untuk melakukan gerakan-gerakan atau mengerjakan sesuatu yang terlepas sama sekali dari permainan sepak bola (Saputra, 2020). Teknik tanpa bola yang terdiri atas : 1) Lari cepat, latihan ini untuk mengefisiensikan jantung dan paru-paru dengan meningkatkan suplai darah dan oksigen agar bekerja lebih baik dan mengurangi kelelahan, 2) Mengubah arah, melompat dan meloncat. Latihan ini juga berfungsi untuk meningkatkan fungsi jantung dan paru-paru agar suplai darah dan oksigen ke otot kerja berjalan dengan baik agar bekerja lebih baik dan mengurangi kelelahan, 3) Gerak tipu tanpa bola yaitu gerak tipu dengan badan pada saat tidak membawa bola. 4) Gerakan khusus penjaga gawang. Untuk menjadi pemain sepak bola yang baik tentu saja harus mengetahui teknik teknik bermain sepak bola yang terdiri dari; teknik dasar menendang bola, menghentikan bola, menggiring bola, menyundul bola, dan melempar bola out (Karim, 2020)

b. Teknik Dasar Permainan Sepak bola

Menurut Mielke dalam (Kuswanto, 2019), dalam permainan sepak bola terdapat beberapa teknik dasar yang harus dikuasai, diantaranya menggiring bola (*dribbling*), menendang bola (*shooting*), menghentikan bola (*trapping*), dan mengoper bola (*passing*) . Penguasaan teknik dasar sepak bola merupakan unsur-unsur yang akan menentukan hasil dalam sebuah pertandingan (Mielke dalam (Kuswanto, 2019). Teknik dasar permainan sepak bola harus benar-benar dikuasai terlebih dahulu agar

dapat mengembangkan pola permainan sehingga pertandingan menjadi seperti yang benar-benar diinginkan. Penguasaan teknik-teknik dasar yang baik merupakan awal dari sebuah taktik permainan yang baik pula.

a. Menggiring Bola (*dribbling*)

Menurut (Panel; et al., 2022) menggiring bola atau dribbling adalah keterampilan dasar dalam sepak bola karena semua pemain harus mampu menguasai bola saat sedang bergerak, berdiri, atau bersiap melakukan operan atau tembakan. Sepak bola modern dilakukan dengan keterampilan lari dan operan bola dilakukan dengan gerakan-gerakan yang sederhana, dengan kecepatan dan ketepatan. Menggiring bola diartikan dengan gerakan kaki menggunakan bagian kaki mendorong bola agar bergulir terus-menerus di atas tanah. Menggiring bola hanya dilakukan pada saat menguntungkan saja, yaitu bebas dari lawan. Pada dasarnya menggiring bola adalah menendang terputus-putus atau pelan-pelan. Oleh karena itu bagian kaki yang digunakan dalam menggiring bola sama dengan bagian kaki yang digunakan untuk menendang bola. Menggiring bola bertujuan antara lain untuk mendekati jarak sasaran, melewati lawan dan menghambat permainan. Pemain dapat terkenal oleh karena memiliki kemampuan menggiring bola yang baik, seperti Diego Armando Maradona dari Argentina.

Menurut Rohim dalam (Nurmansyah, 2020) macam-macam cara menggiring bola Menggiring bola dengan kaki bagian dalam dan Menggiring bola dengan kaki bagian luar. Menggiring bola dengan kaki

bagian dalam dilakukan dengan cara; a), Kaki sentuh tidak terlalu diputar ke arah luar dan lutut tidak terlalu ditekuk, b), Badan tidak terlalu diputar ke arah kaki yang menyentuh bola, c), pandangan ke arah bola , dan berganti-ganti ke arah kanan maupun ke arah kiri arah lawan.



Gambar 1
Menggiring bola dengan kaki bagian dalam

Menggiring bola dengan kura-kura kaki bagian luar a). Posisi kaki menggiring bola sama dengan posisi kaki dalam posisi menendang bola dengan kura-kura kaki bagian luar, b) Setiap langkah secara teratur dengan kura-kura kaki bagian luar kaki kanan atau kaki kiri mendorong bola bergulir ke depan. dan bola harus selalu dekat dengan kaki, sesuai dengan irama lari, c) Pada saat menggiring bola kedua lutut sedikit ditekuk, waktu kaki menyentuh bola pandangan pada bola dan selanjutnya melihat situasi lawan dan posisi teman.

Menurut Dinata dalam (Hadi et al., 2015) ada beberapa bentuk latihan dalam menggiring bola yaitu: 1) Latihan menggiring bola dengan menggunakan punggung kaki. Menggiring bola sangat perlu dikuasai oleh seorang pemain bola, karena menggiring bola merupakan kelanjutan dari suatu penyerangan ke pihak lawan. Menggiring bola dengan menggunakan punggung kaki sangat sukar dilakukan karena bagian kaki yang

menggiring tidak datar. Dan juga siswa yang melakukan latihan ini banyak melakukan kesalahan. Contohnya siswa bukannya mendorong bola tetapi memukul bola sehingga jalannya bola terlalu cepat dan sukar untuk dikuasai. Contoh yang lainnya antara pemain dengan bola sering terlalu jauh sehingga mudah direbut lawan.



Gambar 2
Menggiring bola dengan kaki bagian luar

b. Menendang Bola (*Shooting*)

Menendang bola adalah salah satu karakteristek permainan sepak bola yang paling dominan. Tujuan menendang bola adalah untuk mengumpan (*passing*), menembak ke gawang (*shooting at the goal*), dan menggagalkan serangan lawan (*Sweeping*). Menurut Mielke dalam (Hasan et al., 2022), agar berhasil menendang bola, seorang pemain perlu mengembangkan keterampilan menggiring bola dan juga keterampilan mengontrol bola lainnya, seperti menerima *passing* atau menyundul bola. Menendang bola mempunyai dua arah putaran, arah putaran jalannya bola ada dua macam, yaitu: a) Tendangan lurus (Langsung). Bola setelah ditendang tidak berputar sehingga bola melambung lurus dan jalannya kencang. Pada tendangan lurus ini, tenaga tendangan melalui titik pusat bola, keluar menuju lintasan bola

(lurus). b) Tendangan melengkung (*Slice*). Bola setelah ditendang berputar ke arah yang berlawanan dengan arah tendangan dan arah bola, bila bola melambung setelah sampai puncak akan turun vertikal. Pada tendangan melengkung ini tenaga tendangan tidak melalui pada titik pusat bola, tenaga tendangan menyinggung bola dan memutar bola sehingga lintasan bola melengkung atau berupa garis lengkung sesuai dengan arah putaran bola. Menendang dibedakan beberapa macam dilihat dari perkenaan dari kaki ke bola (*impact*), yaitu menendang dengan kaki bagian dalam (*inside*), kaki bagian luar (*outside*), punggung kaki (*instep*) dan punggung kaki bagian dalam (*inside of the instep*).

Menurut Rohim dalam (Saputra, 2020) terdapat tiga bentuk teknik menendang yaitu; menendang bola dengan kaki bagian dalam, kaki bagian luar, dan punggung kaki. Pada umumnya teknik menendang dengan kaki bagian dalam digunakan untuk mengumpan jarak pendek (*short passing*). Analisis gerak menendang dengan kaki bagian dalam adalah sebagai berikut : 1) Badan menghadap sasaran di belakang bola, 2) Kaki tumpu berada di samping bola kurang lebih 15 cm, ujung kaki menghadap sasaran, lutut sedikit ditekuk, 3) Kaki tendang ditarik ke belakang dan diayunkan ke depan sehingga mengenai bola, 4) Perkenaan kaki pada bola tepat pada mata kaki dan tepat di tengah-tengah bola, 5) Pergelangan kaki ditegangkan saat mengenai bola, 6) Gerak kaki tendang diangkat menghadap sasaran, 7) Pandangan ditunjukkan ke bola dan mengikuti arah

jalannya bola terhadap sasaran, 8) Kedua lengan terbuka di samping badan.

Pada umumnya teknik menendang dengan kaki bagian luar digunakan untuk mengumpan jarak pendek (*short passing*). Analisis gerak menendang dengan kaki bagian luar adalah sebagai berikut : 1) Posisi badan di belakang bola, kaki tumpu disamping belakang bola kurang lebih 25 cm, ujung kaki menghadap ke sasaran, dan lutut sedikit di tekuk, 2) Kaki tendang berada di belakang bola, dengan ujung kaki menghadap ke dalam, 3) Kaki tendang ditarik ke belakang diayunkan ke depan sehingga mengenai bola, 4) Perkenaan kaki pada bola tepat pada punggung kaki bagian luar dan tepat pada tengah-tengah bola, pada saat perkenaan dengan bola pergelangan kaki ditegangkan, 5) Gerak lanjut kaki tendang diangkat serong kurang lebih 45 derajat menghadap sasaran, 6) Pandangan ke bola dan mengikuti jalannya bola ke sasaran, 7) Kedua lengan terbuka menjaga keseimbangan di samping badan.

Selanjutnya, menendang dengan punggung kaki digunakan untuk menembak ke gawang (*shooting at the goal*). Analisis gerak menendang dengan punggung kaki adalah sebagai berikut : 1) Badan di belakang bola sedikit condong ke depan, kaki tumpu diletakkan di samping bola dengan ujung kaki menghadap ke sasaran, dan lutut sedikit ditekuk, 2) Kaki tendang berada di belakang bola dengan punggung kaki menghadap ke depan, 3) Kaki tendang ditarik ke belakang dan ayunkan ke depan sehingga mengenai bola, 4) Perkenaan kaki pada tepat pada punggung kaki penuh dan tepat pada tengah-tengah bola dan pada saat mengenai bola

pergelangan kaki ditegangkan, 5) Gerak lanjut kaki tendang diarahkan dan diangkat ke arah sasaran, 6) Pandangan mengikuti jalannya bola dan ke sasaran (Nurmansyah, 2020).

c. Menghentikan Bola (*trapping*)

Menghentikan bola merupakan salah satu teknik dasar dalam permainan sepak bola yang penggunaannya bersamaan dengan teknik menendang bola. Tujuan menghentikan bola untuk mengontrol bola, yang termasuk didalamnya untuk mengatur tempo permainan, mengalihkan laju permainan dan memudahkan untuk passing. Dilihat dan perkenaan bagian badan yang pada umumnya digunakan untuk menghentikan bola adalah telapak tangan, kaki, paha, kepala, dada, dan perut (Rohim dalam (Karim, 2020).

d. Mengoper Bola (*Passing*)

Pengertian Passing menurut Danny Mielke dalam (Kuswanto, 2019) adalah memindahkan momentum bola dari satu pemain ke pemain lain. Passing paling baik dilakukan dengan menggunakan kaki, tetapi bagian tubuh lain juga bisa digunakan. Passing membutuhkan kemampuan teknik yang sangat penting agar 15 dapat tetap menguasai bola. Dengan passing yang baik seorang pemain bisa berlari ke ruang terbuka dan mengendalikan permainan saat membangun strategi penyerangan. Passing dimulai ketika tim yang sedang menguasai bola menciptakan ruang di antara lawan dengan bergerak dan membuka ruang di sekeliling pemain. Keterampilan mengontrol bola pada teman yang diberi passing juga perlu dilatih agar pemain yang akan

melakukan passing punya rasa percaya diri untuk melakukan passing yang tegas dan terarah kepada teman yang tidak dijaga lawan. Memiliki passing yang akurat adalah harga mati bagi seorang pemain sepak bola, mengingat passing begitu sering dilakukan dalam sebuah permainan, seorang pelatih yang baik akan memulai tugasnya dengan memperbaiki passing para pemainnya (Darma, 2021). Tim sepak bola terdiri atas 10 pemain dan satu penjaga gawang. Keterampilan mengoper dan menerima bola membentuk jalinan vital yang menghubungkan kesebelas pemain ke dalam satu unit yang berfungsi lebih baik dari pada bagian-bagiannya. Ketepatan, langkah, dan waktu pelepasan bola merupakan bagian yang penting dari kombinasi pengoperan bola yang berhasil. Oleh sebab itu seorang pemain sepakbola harus mampu mengoper dan mengontrol bola dengan baik setelah temannya memberikan bola kepadanya, agar bola tidak terlepas dan hilang yang berarti membuang kesempatan menciptakan gol (Luxbacher dalam (Rusdi & Julfiansyah, 2016)). Cara melakukan passing ada beberapa macam.

Danny Mielke dalam (Hasan et al., 2022) memberikan berapa cara melakukan passing yang biasa dilakukan oleh para pemain sepak bola, terdiri atas beberapa teknik seperti : 1) Passing menggunakan kaki bagian dalam, 2) Passing menggunakan punggung sepatu, 3) 16 Passing menggunakan drop pass, 4) Passing dengan lari overlap, dan 5) Passing dengan give and go. Sementara Luxbacher dalam (Nurmansyah, 2020) menjelaskan tentang beberapa teknik passing (Mengoper bola) di atas

Permukaan ada tiga teknik yaitu: 1) operan Inside-of-the Foot (dengan bagian dalam kaki); 2) operan Outside-of-the Foot (dengan bagian luar kaki); 3) operan Instep (dengan kura-kura kaki); 4) operan Short Chip, dan 5) operan Long Chip.

2.1.2 Passing Kaki Bagian Dalam

Passing adalah mengoper bola menggunakan kaki. Berikut teknik melakukan passing menurut Jusrianto (2020); 1) Tempatkan kaki tumpu di samping bola, buka kaki yang melakukan passing 2) Gunakan kaki bagian dalam untuk passing. Kunci atau kuatkan tumit agar saat bersentuhan dengan bola lebih kuat. Kaki dalam dari atas diarahkan ketengah bola (jantung) dan ditekan kebawah agar bola tidak melambung. 3) Teruskan dengan gerakan lanjutan, yaitu setelah sentuhan dengan bola saat melakukan passing, ayunkan kaki jangan dihentikan.

Passing dengan Menggunakan Kaki Bagian Dalam. Pengertian *passing* kaki bagian dalam menurut Sarumpaet dalam (Jusrianto, 2020) menendang bola merupakan suatu usaha untuk memindahkan bola dari suatu tempat ketempat lain dengan menggunakan kaki atau bagian kaki. Teknik *passing* kaki bagian dalam menurut Sarumpaet dalam (Jusrianto, 2020), Kaki tumpuan ditempatkan disamping bola, ujung kaki tumpu diarahkan kearah jalan bola, kaki tumpu ikut membantu gerakan kaki ayun atau kaki tendang. Kaki tendangan diputar kaki bagian dalam diarahkan ke arah jalan bola lutut sedikit dibengkokan, telapak kaki tendangan sejajar dengan tanah, pukul kaki bagian dalam pada bagian tengah dari bola (tempat tengah bola), gerakan lanjutan dari kaki

tendangan.



Gambar 2. Passing Menggunakan Kaki Bagian Dalam

Keterampilan pengoperan bola yang paling besar adalah pushpass (operan dorong) karena bagian samping dalam kaki sebenarnya pendorong bola. Teknik pengoperan ini digunakan untuk menggerakkan bola sejauh 5 hingga 15 yard. Cara pelaksanaannya cukup sederhana. Ialah kaki yang menahan keseimbangan tubuh, yang tidak digunakan untuk menendang diletakkan di samping bola dan arahan ke target. Tempatkan kaki yang akan menendang dalam posisi menyamping dan jari kaki ke atas menjauh dari garis tengah tubuh. Bola yang ditendang adalah bagian tengah dan ditendang dengan bagian dalam kaki. Pastikan kaki tetap lurus pada gerak lanjutan dari tendangan tersebut (Luxbacher, dalam (Nurmansyah, 2020).

Mengumpan (*passing*) menggunakan kaki bagian dalam adalah teknik dasar dalam sepak bola yang dilakukan dengan memberikan operan kepada rekan tim menggunakan kaki bagian dalam. Teknik dasar mengumpan menggunakan kaki bagian dalam merupakan bagian yang penting dalam sepak bola. Terciptanya penguasaan bola dan peluang untuk menciptakan skor didukung oleh keterampilan mengumpan yang

baik dari pemain. Luxbacher (2016) dalam bukunya “Sepak Bola” mengemukakan tata cara pelaksanaan passing menggunakan kaki bagian dalam:

A. Persiapan

- 1) Berdiri menghadap target
- 2) Letakkan kaki yang menahan keseimbangan di samping bola
- 3) Arahkan kaki ke arah target
- 4) Bahu dan pinggul lurus dengan target
- 5) Tekukkan sedikit lutut
- 6) Ayunkan kaki yang akan menendang ke belakang
- 7) Tempatkan kaki dalam posisi menyamping
- 8) Tangan rileks di samping badan untuk mengimbangi saat dilakukan gerakan menyepak bola
- 9) Kepala tidak bergerak
- 10) Fokuskan perhatian pada bola

B. Pelaksanaan

- 1) Tubuh berada di atas bola
- 2) Ayunkan kaki yang akan menendang ke depan
- 3) Jaga kaki agar tetap lurus
- 4) Tendang bagian tengah bola dengan bagian samping dalam kaki

C. Gerakan Lanjutan (*Follow Through*)

- 1) Pindahkan berat badan ke depan
- 2) Lanjutkan gerakan searah dengan bola
- 3) Gerakan akhir berlangsung dengan mulus

Menurut Soecipto (2014) pada umumnya tehnik menendang dengan kaki bagian dalam digunakan untuk mengumpan jarak pendek (*Short passing*). Menurut Soecipto (2014), analisa gerak menendang kaki bagian dalam adalah sebagai berikut: 1) Badan menghadap sasaran dibelakang bola 2) Kaki tumpu berada di samping bola ± 15 cm, ujung kaki menghadap sasaran, lutut sedikit ditekuk. 3) Kaki tendang ditarik ke belakang dan ayunkan ke depan sehingga mengenai bola. 4) Perkenaan kaki pada bola tepat pada mata kaki dan tepat ditengah-tengah bola. 5) Pergelangan kaki ditegangkan pada saat mengenai bola 6) Gerak lanjut kaki tendang diangkat menghadap sasaran. 7) Pandangan ditujukan ke bola dan mengikuti arahnya jalannya bola terhadap sasaran. 8) Kedua lengan terbuka di samping badan.

Menurut Mielke dalam Kustanto (2019), faktor yang mempengaruhi kaki bagian dalam permainan sepakbola karena dikaki bagian itulah terdapat permukaan yang lebih luas bagi pemain untuk menendang bola, sehingga memberikan kontrol bola yang lebih baik. selain itu kaki bagian dalam merupakan permukaan yang lebih tepat untuk melakukan passing. Passing kaki bagian dalam bisa lebih efektif untuk menciptakan gol. Kemungkinan kesalahan dalam menendang bola dengan kaki bagian dalam: sikap badan kaku (tidak rileks), kaki tumpu tidak di samping bola, badan kurang condong ke depan, dan tidak ada ayunan lanjutan.

2.1.3 Metode Bermain

a. Konsep Bermain

Bermain merupakan suatu aktivitas yang dapat dilakukan oleh semua orang, dari anak-anak hingga dewasa, tak terkecuali para penyandang cacat. Pada

masa anak-anak, bermain merupakan bagian yang tidak dapat dipisahkan dari kehidupan dan cenderung merupakan kebutuhan dasar yang hakiki. Bahkan para ahli pendidikan mengatakan bahwa anak-anak identik dengan bermain karena hampir semua hidupnya tidak lepas dari bermain. Huizinga dalam (Panel; et al., 2022) mengatakan bahwa bermain merupakan kegiatan yang dilakukan secara bebas dan sukarela, kegiatannya dibatasi oleh waktu dan tempat, menggunakan peraturan yang bebas dan tidak mengikat, memiliki tujuan tersendiri dan mengandung unsur ketegangan, kesenangan serta kesadaran yang berbeda dari kehidupan biasa.

Roger Collois dalam (Suratin, 2016) membagi permainan (game) menjadi empat kategori utama, yaitu:

- 1) Agon-permainan yang bersifat pertandingan, perlawanan kedua belah pihak dengan kesempatan yang sama untuk mencapai kemenangan sehingga dibutuhkan perjuangann fisik yang keras.
- 2) Alea- permainan yang mengandalkan hasil secara untung-untungan, atau hokum peluang seperti permainan dadu, rulet, kartu, dll, sementara keterampilan, kemampuan otot tidak diperluklan.
- 3) Mimikri- permainan fantasi yang memerlukan kebebasan, dan bukan sungguhan.
- 4) Ilinx- mencakup permainan yang mencerminkan keinginan untuk melampaikan kebutuhan untuk bergerak, bertualang, dan dinamis, lawan dari keadaan diam, seperti berolahraga di alam terbuka, mendaki gunung. Bentuk permainan seperti alea dan

illinx inilah yang sering masuk ke dalam dunia olahraga dengan ciri yang amat samar diakui sebagai olahraga. Permainan merupakan suatu kegiatan yang dilakukan secara perorangan maupun kelompok, anak-anak maupun dewasa, laki-laki maupun perempuan, yang menjadikan orang bergembira dan senang melakukannya. Slavon berpendapat bahwa permainan adalah khayalan seorang anak dalam mengenal situasi atau keadaan nyata. Selanjutnya Harvigurst menerangkan bahwa permainan merupakan aktivitas memanjakan ndiri sendiri dan tidak memedulikan kepentingann hidupnya.

Bermain dapat menimbulkan keriangan, kelincahan, relaksasi, dan harmonisasi sehingga seseorang cenderung bergairah. Katzenbogner dalam (Suratin, 2016) mengatakan bahwa kegairahan dapat memudahkan timbulnya inspirasi sehingga anak-anak dapat dengan mudah melakukannya tanpa harus ada paksaan dan hambatan. Melalui bermain anak-anak mudah mengikuti irama gerak sesuai dengan pola gerakan yang diharapkan. Bahkan bermain dapat mendorong seseorang untuk melakukan kegiatan dengan antusias. Seperti dikatakan (Darma, 2021), bermain dapat merangsang motivasi anak untuk melakukan kegiatan. Siswa yang terbangkit semangatnya akan melanjtkan kegiatannya, dan melupakan segala kelelahan yang dialaminya.

b. Pengaruh Positif Permainan Bagi Anak Didik

Subarjah dalam Mikha (2014) menjelaskan beberapa bentuk dan jenis permainan dapat memberikan pengaruh yang positif, terutama terhadap pertumbuhan dan perkembangan anak.

- 1) **Pertumbuhan Fisik** Pertumbuhan fisik pada masa anak-anak mengalami pertumbuhan dan perkembangan yang sangat pesat. Puncak pertumbuhan fisik pada anak secara umum terjadi pada masa balita dan usia 10-14 tahun. Penampilan fisik semakin sempurna dan proporsional.
- 2) **Perkembangan Motorik** Agar perkembangan motorik meningkat dengan baik, maka harus dikembangkan berbagai permainan yang mengutamakan kegiatan motorik, dengan bentuk bermain kecepatan, kelincahan, kelenturan, keseimbangan. Kekuatan dan lain sebagainya. Kemampuan motorik adalah kapasitas dari seseorang yang berkaitan dengan pelaksanaan dan peragaan suatu keterampilan yang relative melekat setelah masa kanak-kanak.
- 3) **Perkembangan Fungsional Tubuh.** Kegiatan bermain yang lebih banyak dilakukan melalui aktifitas fisik, diharapkan anak akan memiliki perkembangan fisik semakin baik, dan semakin sempurnanya fungsi organ-organ tubuh. Aktivitas fisik yang dilakukan secara teratur dan sesuai dengan perkembangan anak, maka akan memiliki tingkat kesegaran jasmani yang lebih baik, dan meningkatkan fungsi kognitif.
- 4) **Perkembangan Mental.** Anak yang memiliki pengalaman bermain melalui permainan dengan aturan yang ada, maka anak akan memiliki perkembangan mental yang baik, menaati peraturan, jujur, sportif, memiliki keberanian, sikap positif terhadap lingkungan, pandai bergaul, kepercayaan diri yang kuat.

2.2 Hasil Penelitian yang Relevan

Terdapat beberapa hasil penelitian yang relevan dengan penelitian ini, antara lain:

1. Penelitian oleh Gunawan dkk (2021) dengan judul “*Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Passing Kaki Bagian Dalam Sepak Bola Melalui Pendekatan Permainan Bolbum Pada Siswa/Siswi Kelas XI SMA Negeri 2 Bone*”. Hasil penelitian menunjukkan bahwa melalui pendekatan permainan bolbum dapat meningkatkan hasil belajar passing kaki bagian dalam sepak bola siswa kelas XI IPA II SMA Negeri 2 Bone. Hal ini dapat dilihat dari persentasi hasil belajar siswa dari siklus I sampai dengan siklus II meningkat, dengan rata-rata nilai 76,48% Pada siklus I dan 79,12% Pada siklus II.
2. Akabar (2020) berjudul “*Meningkatkan hasil belajar teknik passing kaki bagian dalam pada permainan sepakbola melalui metode bermain berpasangan pada siswa Kelas VII SMP Negeri 14 Bengkulu Tengah*”. Hasil penelitian menunjukkan bahwa melalui penggunaan metode bermain berpasangan dapat meningkatkan kemampuan teknik passing kaki bagian dalam pada sepakbola di SMP Negeri 14 Bengkulu Tengah. Peningkatan tersebut dapat dilihat dari adanya peningkatan persentase setelah pelaksanaan tindakan pada siklus I dan siklus II. Pelaksanaan tindakan pada pembelajaran siklus I, persentase yang ditunjukkan dari pembelajaran siklus 1 sebesar 56% (Belum Tuntas) dikarenakan media pembelajaran metode bermain berpasangan yang peneliti lakukan kurang di mengerti oleh siswa sehingga pembelajaran kurang maksimal.

Kemudian peningkatan persentase yang cukup signifikan ditunjukkan pada pelaksanaan pembelajaran siklus II menjadi 78% (Tuntas).

3. Rusdi dan Julfiansyah (2016) berjudul "*Meningkatkan Hasil Belajar Passing Kaki Bagian Dalam Permainan Sepak Bola Dengan Metode Bermain Pada Siswa Kelas Xi Pemasaran SMK Negeri 1 Sambas Kabupaten Sambas*". Berdasarkan hasil evaluasi yang telah dilaksanakan terdapat peningkatan prestasi siswa yang semula nilai rata-rata dari tes awal sebesar 61.96 menjadi 71.86, pada siklus 1 ini keterampilan passing kaki bagian dalam permainan sepak bola siswa mengalami peningkatan sebesar 9.9%. berdasarkan hasil evaluasi yang telah dilakukan pada siklus 2, terdapat peningkatan prestasi siswa yang semula nilai rata-rata tes awal sebesar 61.96 meningkat menjadi 80.53 atau terjadi peningkatan sebesar 18.57%.

2.3 Kerangka Berpikir

Kegiatan belajar mengajar sangat penting untuk menciptakan suatu kondisi atau suatu proses yang mengarahkan siswa agar bersemangat dalam melakukan aktivitas belajar khususnya dalam pembelajaran sepakbola, namun kenyataannya variasi pembelajaran yang diberikan guru masih kurang serta media yang belum memadai. Sehingga siswa kurang antusias yang berimbas dengan hasil pembelajaran penjasorkes khususnya permainan sepakbola. Berdasarkan pemikiran yang telah diuraikan tersebut peneliti merangsang hasil belajar siswa dalam pembelajaran sepakbola dengan metode bermain pada siswa kelas V SDN 170 Bengkulu Utara.

2.4 Hipotesis Tindakan

Hipotesis tindakan penelitian ini adalah metode bermain dapat meningkatkan hasil belajar *passing* kaki bagian dalam sepak bola pada siswa kelas V SD Negeri 170 Bengkulu Utara.

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1 Subjek Penelitian, Lokasi dan Waktu Penelitian

3.1.1 Subjek Penelitian

Subjek penelitian ini adalah siswa kelas V SDN 170 Bengkulu Utara yang berjumlah 20 siswa tahun ajaran 2022/2023. Terdapat 13 siswa putri dan 7 siswa putra di kelas V SDN 170 Bengkulu Utara. Siswa di dalam kelas ini bersifat homogen yang dapat dilihat dari hasil penilaian hasil ujian akhir semester mata pelajaran penjaskes dengan rentang nilai yang tidak jauh berbeda dari siswa satu dan lainnya.

3.1.2 Lokasi Penelitian

Lokasi Penelitian di SDN 170 Bengkulu Utara. Sekolah ini berlokasi di Desa Air Merah, Kec. Arma Jaya, Kab. Bengkulu Utara Prov. Bengkulu. SDN 170 Bengkulu Utara memiliki akreditasi B. Total siswa di sekolah ini berjumlah 88 siswa laki-laki dan 96 siswa perempuan.

3.1.3 Waktu Penelitian

Penelitian akan dilaksanakan pada bulan April-Mei 2023. Penelitian akan dilakukan selama 1 hingga 2 bulan.

3.2 Kehadiran Peneliti

Kehadiran peneliti dalam penelitian ini memiliki perannya itu sebagai pengamat, perencana, pelaksana, pengumpul data, penganalisis data, dan perancang tindakan. Selama penelitian ini berlangsung, peneliti bersama guru

kelas saling bekerjasama dalam penyusunan RPP, pengumpulan data, dan dalam pengamatan situasi pembelajaran.

3.3 Tahap Penelitian

Tahapan penelitian meliputi tahap perencanaan, pelaksanaan tindakan, pengantaran dan refleksi. Penelitian ini dilaksanakan dalam dua siklus.

1. Tahapan Siklus I

a. Perencanaan Tindakan

Pada siklus I peneliti bersama kolaborator melaksanakan kegiatan PTK, dengan melakukan persiapan dan langkah-langkah sebagai berikut: Sebelum melaksanakan penelitian peneliti bersama guru penjasorkes mengidentifikasi masalah yang dialami oleh siswa pada observasi prasiklus, dimana peneliti akan membenahi kekurangan dan kesalahan yang dialami oleh siswa. Kemudian merumuskan pola kerja observasi siswa. Pelaksanaan siklus I dilaksanakan satu kali pertemuan. Sebagai alat atau bahan pedoman pengajaran dalam penelitian ini, peneliti akan menyiapkan Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) dengan materi sepakbola serta menggunakan permainan sepakbola dengan metode bermain.

b. Pelaksanaan Tindakan

Proses pelaksanaan pembelajaran berlangsung satu kali pertemuan dengan waktu selama 3x45 menit. Langkah-langkah proses pelaksanaan tindakan adalah sebagai berikut:

- 1) Dimulai dari guru/peneliti mengkondisikan kelas,
- 2) Mengatur barisan siswa di lapangan, berdoa, presensi, apersepsi, dan pemanasan,

- 3) Guru/peneliti menjelaskan materi pembelajaran passing kaki bagian dalam
- 4) Guru menerapkan langkah-langkah metode bermain yaitu; (a) Menyampaikan tujuan dan memotivasi siswa. (b) Menyajikan informasi. (c) Mengorganisasikan siswa ke dalam kelompok-kelompok belajar. (d) Membimbing kelompok belajar. (e) Evaluasi, dan (f) Memberikan penghargaan.
- 5) Pada akhir pembelajaran akan dilakukan tes ketrampilan passing dengan kaki bagian dalam dengan menggunakan permainan sepakbola gawang segitiga termasuk lembar observasi siswa.

c. Pengamatan/Observasi

Observasi sebagai teknik pengumpulan data mempunyai ciri yang spesifik bila dibandingkan dengan teknik yang lain, yaitu wawancara dan kuesioner. Dua diantara yang terpenting adalah proses-proses pengamatan dan ingatan. Bisa dikatakan observasi adalah cara memperoleh atau mengumpulkan data melalui pengamatan serta pencatatan-pencatatan secara sistematis terhadap gejala yang tampak dalam objek penelitian. Observasi dalam penelitian ini adalah tindakan yang dilaksanakan untuk mengamati proses jalannya pembelajaran khususnya keterampilan siswa dalam melakukan *passing*. Pengamatan dilakukan secara cermat oleh peneliti kepada setiap siswa selama melakukan proses pembelajaran.

d. Refleksi

Kegiatan refleksi merupakan penyusunan rencana tindakan dalam pelaksanaan kegiatan penelitian berikutnya. Tahap refleksi merupakan tahap untuk

memproses data yang didapat saat melakukan observasi. Refleksi adalah kegiatan untuk mengemukakan kembali apa yang sudah dilakukan. Kegiatan yang dilakukan dalam tahap ini adalah menganalisis jalannya pembelajaran dan mengevaluasi perangkat tes yang berupa hasil pembelajaran *passing* kaki bagian dalam. Berdasarkan data yang telah terkumpul kemudian diidentifikasi dan menjadikan bahan masukan untuk perbaikan pada siklus berikutnya.

2. Tahapan Siklus II

a. Perencanaan Tindakan

Pada siklus II peneliti bersama kolaborator melaksanakan kegiatan PTK, dengan melakukan persiapan dan langkah-langkah sebagai berikut: Sebelum melaksanakan penelitian peneliti bersama guru penjasorkes mengidentifikasi masalah yang dialami oleh siswa pada observasi prasiklus, dimana peneliti akan membenahi kekurangan dan kesalahan yang dialami oleh siswa. Kemudian merumuskan pola kerja observasi siswa. Pelaksanaan siklus I dilaksanakan satu kali pertemuan. Sebagai alat atau bahan pedoman pengajaran dalam penelitian ini, peneliti akan menyiapkan Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) dengan materi sepakbola serta menggunakan permainan sepakbola dengan metode bermain.

b. Pelaksanaan Tindakan

Proses pelaksanaan pembelajaran berlangsung satu kali pertemuan dengan waktu selama 3x45 menit. Langkah-langkah proses pelaksanaan tindakan adalah sebagai berikut:

- 1) Dimulai dari guru/peneliti mengkondisikan kelas,

- 2) Mengatur barisan siswa di lapangan, berdoa, presensi, apersepsi, dan pemanasan,
- 3) Guru/peneliti menjelaskan materi pembelajaran passing kaki bagian dalam
- 4) Guru menerapkan langkah-langkah metode bermain yaitu; (a) Menyampaikan tujuan dan memotivasi siswa. (b) Menyajikan informasi. (c) Mengorganisasikan siswa ke dalam kelompok-kelompok belajar. (d) Membimbing kelompok belajar. (e) Evaluasi, dan (f) Memberikan penghargaan.
- 5) Pada akhir pembelajaran akan dilakukan tes ketrampilan passing dengan kaki bagian dalam dengan menggunakan permainan sepakbola gawang segitiga termasuk lembar observasi siswa.

c. Pengamatan/Observasi

Observasi sebagai teknik pengumpulan data mempunyai ciri yang spesifik bila dibandingkan dengan teknik yang lain, yaitu wawancara dan kuesioner. Dua diantara yang terpenting adalah proses-proses pengamatan dan ingatan. Bisa dikatakan observasi adalah cara memperoleh atau mengumpulkan data melalui pengamatan serta pencatatan-pencatatan secara sistematis terhadap gejala yang tampak dalam objek penelitian. Observasi dalam penelitian ini adalah tindakan yang dilaksanakan untuk mengamati proses jalannya pembelajaran khususnya keterampilan siswa dalam melakukan *passing*. Pengamatan dilakukan secara cermat oleh peneliti kepada setiap siswa selama melakukan proses pembelajaran.

d. Refleksi

Kegiatan refleksi merupakan penyusunan rencana tindakan dalam pelaksanaan kegiatan penelitian berikutnya. Tahap refleksi merupakan tahap untuk memproses data yang didapat saat melakukan observasi. Refleksi adalah kegiatan untuk mengemukakan kembali apa yang sudah dilakukan. Kegiatan yang dilakukan dalam tahap ini adalah menganalisis jalannya pembelajaran dan mengevaluasi perangkat tes yang berupa hasil pembelajaran *passing* kaki bagian dalam. Berdasarkan data yang telah terkumpul kemudian diidentifikasi dan menjadikan bahan masukan untuk perbaikan pada siklus berikutnya.

3.4 Indikator Penelitian

Untuk memudahkan peneliti dalam melakukan penelitian maka peneliti membuat variabel dan indikator untuk menuntun peneliti dalam melakukan pengumpulan data. Variabel dan indikator penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Metode Bermain
2. *Passing* kaki bagian dalam
3. Permainan Sepakbola

3.5 Instrument Penelitian

Menurut Sugiyono (2019), instrumen penelitian adalah alat bantu yang dipilih dan digunakan peneliti dalam kegiatannya mengumpulkan data. Beberapa instrumen yang digunakan oleh peneliti dalam pelaksanaan penelitian adalah:

1). Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP)

RPP merupakan perangkat pembelajaran yang digunakan sebagai pedoman guru dalam mengajar, sedangkan isinya mencakup standar kompetensi, kompetensi dasar, indikator, tujuan pembelajaran, alat dan sumber bahan penelitian.

2). Tes

Tes yang dilakukan yaitu tes keterampilan *passing* kaki bagian dalam pada sepak bola menggunakan indikator penilaian pada tabel di bawah ini.

Tabel 1. Keterampilan *passing* kaki bagian dalam pada sepakbola

Indikator	Uraian Gerak	Ya	Tidak
		(1)	(0)
Persiapan	1. Berdiri menghadap target		
	2. Letakkan kaki yang menahan keseimbangan di samping bola		
	3. Ayunkan kaki yang akan menendang ke belakang		
	4. Tangan direntangkan untuk menjaga keseimbangan		
	5. Fokuskan perhatian pada bola		
Pelaksanaan	1. Tubuh berada diatas bola		
	2. Ayunkan kaki yang akan menendang ke depan		
	3. Jaga kaki agar tetap lurus		
	4. Tendang bagian tengah bola dengan bagian samping dalam kaki		
Follow-through	1. Pindahkan berat badan ke depan		
	2. Lanjutkan gerakan searah dengan bola		
	3. Gerakan akhir berlangsung dengan mulus		
Skor Perolehan			
Skor Maksimal		12	

Sumber: Kuswanto (2019)

Tes dilakukan sebanyak satu kali masing-masing anak dan penilaian dilakukan oleh dua orang penilai yaitu peneliti dan kolaborator (guru penjas SDN 170 Bengkulu Utara). Siswa akan diberikan nilai 1 untuk masing-masing gerakan yang dilakukan berdasarkan indikator di atas.

3). Lembar Observasi

Pengamatan atau observasi yang dilakukan peneliti bersama guru dengan melakukan pengamatan dan pencatatan mengenai proses pembelajaran. Observasi ini dilakukan menggunakan lembar observasi yang telah dipersiapkan dalam lembar observasi.

Tabel 2 Lembar Observasi Aktivitas Siswa dengan Metode Bermain

No	Aktivitas Siswa	Nilai	
		Ya	Tidak
1	Saat guru memulai pelajaran siswa tertib		
2	Siswa memperhatikan ketika guru menjelaskan materi awal tentang <i>passing</i> kaki bagian dalam		

3	Siswa berpartisipasi dalam metode bermain yang diberikan guru		
4	Siswa berpartisipasi ketika guru membentuk kelompok belajar		
5	Siswa antusias bermain dalam kelompok		
6	Siswa tertib belajar dalam kelompok		
7	Siswa menggunakan media alat yang disediakan guru dengan metode bermain		
8	Siswa antusias ketika guru ketika guru memberikan evaluasi dan umpan balik		
Jumlah		1-8	

Keterangan :

1 : Jika siswa melaksanakan 5 - 8 aspek penilaian

0 : Jika siswa melaksanakan 0 - 4 aspek penilaian

3. Dokumentasi

Dokumentasi merupakan suatu metode untuk memperoleh atau mengetahui sesuatu berdasarkan catatan peristiwa yang sudah berlalu, ini bisa berbentuk tulisan, gambar, atau karya-karya monumental dari seseorang (Sugiyono, 2019). Dokumentasi dilakukan dengan cara mengambil foto atau merekam gambar saat kegiatan sedang berlangsung. Dokumen ini dilakukan untuk memberikan gambaran secara nyata tentang ketrampilan siswa saat proses pembelajaran dan untuk memperkuat data yang telah diperoleh.

3.6 Prosedur Penelitian

Prosedur dalam penelitian tindakan ini meliputi tahap perencanaan, pelaksanaan tindakan, pengantaran dan refleksi. Penelitian ini dilaksanakan dalam dua siklus.

3.6.1. Perencanaan Tindakan

Dalam penelitian ini, perencanaan tindakan akan dilakukan 2 kali pertemuan sesuai dengan materi pelajaran sepakbola yang mengacu pada silabus. Pada tahapan perencanaan penelitian menyusun rencana proses pengajaran (RPP) yang akan dilaksanakan, menyajikan materi pelajaran, dan membuat angket untuk mengetahui hasil pretes siklus I.

3.6.2 Pelaksanaan Tindakan

Penelitian dilakukan dalam 2 kali pertemuan dalam 2 minggu. Pertemuan disusun dalam satu rencana pelaksanaan pembelajaran dan peneliti terjun langsung untuk melaksanakan proses pembelajaran sesuai dengan rencana pembelajaran yang telah dibuat. Garis besar dari rencana pembelajaran yang dilaksanakan. Dalam kegiatan pembelajaran, peneliti terjun langsung untuk memberikan materi sepakbola dengan metode bermain.

3.6.3 Pengamatan/Observasi

Observasi merupakan suatu proses yang kompleks, suatu proses yang tersusun dari berbagai proses biologis dan psikologis. Dua diantara yang terpenting adalah proses-proses pengamatan dan ingatan. Observasi dalam penelitian ini berupa pengamatan aktivitas guru dan siswa selama dilakukan tindakan penggunaan metode bermain dalam meningkatkan hasil belajar *passing* kaki bagian dalam permainan sepakbola di SDN 170 Bengkulu Utara.

3.6.4 Analisis Refleksi

Refleksi adalah kegiatan untuk mengemukakan kembali apa yang sudah dilakukan. Dari analisis hasil belajar dan observasi siswa, maka guru pembimbing akan mengetahui keberhasilan tindakan. Jika indikator keberhasilan tercapai, maka penelitian ini cukup dilakukan satu kali siklus. Namun jika belum tercapai, maka belum dapat dikatakan berhasil dan perlu dilakukan siklus II.

3.7 Data Dan Sumber Data

Dalam penelitian ini sumber data primernya yakni data yang diperoleh dan dikumpulkan langsung dari hasil belajar *passing* kaki bagian dalam pada permainan sepakbola di kelas V SDN 170 Bengkulu Utara.

3.8 Teknik Pengumpulan Data

Dalam rangka memperoleh data-data yang peneliti perlukan dalam penelitian ini, maka peneliti menggunakan beberapa metode pengumpulan data. Metode pengumpulan data merupakan cara yang dapat digunakan peneliti dalam mengumpulkan data. Agar dalam penelitian diperoleh informasi atau data-data yang relevan dengan topik masalah yang hendak diteliti.

1. Tes

Tes yang digunakan dalam penelitian ini yaitu tes keterampilan passing kaki bagian dalam pada permainan sepakbola. Peneliti akan melakukan tes sebanyak 2 kali yaitu pada siklus I dan siklus II.

2. Observasi

Observasi merupakan suatu lembar berisikan pengamatan yang dilakukan dengan teliti dan sistematis untuk tujuan tertentu oleh peneliti. Lembar observasi ini ditujukan untuk mengamati kinerja kerja guru dan proses belajar peserta didik di dalam pembelajaran. Observasi digunakan untuk mengamati aktivitas siswa dan guru selama dilakukan tindakan pembelajaran sepakbola menggunakan metode bermain di dalam kelas.

3. Dokumentasi

Didalam melaksanakan metode dokumentasi, peneliti mengumpulkan foto-foto serta video selama proses pembelajaran berlangsung. RPP, absen siswa, silabus, serta surat penelitian merupakan contoh dokumentasi yang akan dikumpulkan oleh peneliti.

3.9 Teknik Analisis Data

Suatu data yang telah dikumpulkan dalam penelitian akan menjadi tidak bermakna apabila tidak dianalisis yakni diolah dan diinterpretasikan. Menurut Wina Sanjaya (2009: 106) analisis data adalah suatu proses mengolah dan menginterpretasi data dengan tujuan untuk mendudukan berbagai informasi sesuai dengan fungsinya hingga memiliki makna dan arti yang jelas sesuai dengan tujuan penelitian. Analisis data digunakan digunakan untuk melihat ketuntasan belajar siswa setelah melakukan pembelajaran.

Peneliti menggunakan rumus sebagai berikut:

$$S = \frac{R}{N} \times 100$$

Keterangan

S : Nilai yang diharapkan (dicari)

R : Jumlah yang diperoleh siswa

N : Skor maksimal ideal

100 : Bilangan tetap

3.10 Kriteria Keberhasilan Penelitian

Untuk menentukan ketuntasan secara klasikal, menggunakan rumus sebagai berikut:

$$KB = \frac{\text{Jumlah siswa tuntas}}{\text{Jumlah keseluruhan siswa}} \times 100$$

Keterangan: KB : Ketuntasan Belajar

Untuk menentukan ketuntasan belajar, maka dilakukan penskoran dan standar keberhasilan belajar. Sistem pendidikan jasmani dengan menggunakan sistem belajar tuntas (*mastery learning*), yaitu siswa berhasil jika mencapai 75% penguasaan materi sehingga indikator pencapaian penguasaan dalam penelitian ditentukan pada materi secara klasikal 75%. Apabila pencapaian ketuntasan klasikal minimal 75% sudah tercapai, maka penelitian

dihentikan.