



UPAYA MENINGKATKAN HASIL BELAJAR MENGGIRING BOLA PADA PERMAINAN SEPAK BOLA MELALUI PENDEKATAN BERMAIN PADA SISWA SEKOLAH DASAR

Agung Nugroho¹, Rinaldi Aditya²

^{1,2} Sekolah Tinggi Olahraga dan Kesehatan Bina Guna
Jl. Alumunium Raya, Sumatera Utara, 20241, Indonesia
agung_nugroho@student.uns.ac.id

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peningkatan hasil belajar menggiring bola dengan menggunakan penerapan gaya mengajar Latihan pada siswa kelas V SDN 056022 Tanjung Pura tahun ajaran 2014/2015. Waktu penelitian dilaksanakan pada bulan Juni 2015.

Berdasarkan hasil belajar siswa pada siklus I setelah tes hasil belajar I dapat dilihat bahwa kemampuan awal siswa dalam melakukan teknik menggiring bola masih rendah. Dari 25 orang siswa terdapat 10 orang (40%) yang tidak mencapai ketuntasan belajar, sedangkan 15 orang (60%) telah mencapai ketuntasan belajar. Dengan nilai rata-rata hasil belajar siswa adalah 60,97. Sedangkan pada siklus II dapat dilihat bahwa kemampuan siswa dalam melakukan tes hasil belajar secara klasikal sudah meningkat. Dari 25 orang siswa terdapat 22 orang (88%) yang telah mencapai ketuntasan belajar, sedangkan 3 orang (12%) belum mencapai ketuntasan belajar. Dengan nilai rata-rata hasil belajar siswa adalah 80,16. Berdasarkan hal itu maka dapat ditarik kesimpulan bahwa pembelajaran melalui Penerapan Pendekatan Bermain dapat meningkatkan hasil belajar menggiring bola pada siswa kelas VII SMP Swata Mulia Medan tahun ajaran 2014/2015.

PENDAHULUAN

Manusia membutuhkan pendidikan dalam kehidupannya. Dimana pendidikan merupakan usaha agar manusia dapat mengembangkan potensi dirinya melalui proses pembelajaran dan atau cara lain yang dikenal dan diakui oleh masyarakat. Pendidikan dapat dikatakan baik, bila pendidikan itu dapat memberi kesempatan berkembangnya semua aspek pribadi manusia atau dengan kata lain merumuskan tujuan pendidikan itu berisikan pengembangan aspek pribadi manusia.

Tujuan pendidikan seperti rumusan diatas merupakan rumusan tujuan yang sangat ideal, seperti hal dalam meningkatkan keimanan dan ketaqwaan peserta didik, juga bertujuan untuk meningkatkan aspek psikomotorik, kognitif, dan efektif, serta pengembangan pengetahuan tentang kesehatan peserta didik.

Salah satu upaya untuk meningkatkan mutu pendidikan di Indonesia adalah dengan cara melalui perbaikan proses belajar mengajar secara efektif, misalnya dengan jalan memilih metode mengajar yang baik dan benar. Metode yang dipilih dan diperkirakan cocok digunakan dalam proses pembelajaran teori dan praktek keterampilan, semata-mata untuk meningkatkan keefektifitasannya.

Oleh karena itu diharapkan peran serta lembaga pendidikan dan keguruan dalam menyiapkan tenaga-tenaga pendidik terutama guru yang akan memberikan pengajaran didalam dan diluar kelas, dalam artian pengajar harus mampu memilih dan menerapkan metode pembelajaran yang diprediksi akan lebih efektif untuk

memudahkan siswa dalam belajar dikelas dan diluar kelas maupun belajar mandiri.

Pendidikan jasmani pada hakikatnya adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktifitas fisik untuk menghasilkan perubahan holistic dalam kualitas individu, baik dalam hal fisik, mental, serta emosional. Pendidikan jasmani memperlakukan anak sebagai sebuah kesatuan utuh, makhluk total, daripada hanya menganggapnya sebagai seseorang yang terpisah kualitas fisik dan mentalnya.

Rusli Lutan (2000:1) menjekaskan, pendidikan jasmani adalah wahana untuk mendidik anak muda agar kelak mereka mampu membuat keputusan terbaik tentang aktifitas jasmani yang di lakukan dan menjalani pola hidup sepanjang hayat.

Nasidah (1992:15) mengutip pendapat Sharman bahwa penjas adalah bagian dari pendidikan (secara umum) yang berlangsung melalui aktifitas fisik yang melibatkan mekanisme gerak tubuh manusia dan menghasilkan pola-pola perilaku pada individu yang bersangkutan.

Sepak bola merupakan permainan beregu, masing-masing regu terdiri atas sebelas pemain dan salah satunya penjaga gawang. Permainan ini hampir seluruhnya dimainkan dengan menggunakan tungkai, kadangkala menggunakan kepala dan dada. Khusus untuk penjaga gawang diperbolehkan untuk menggunakan tangan dan lengannya didaerah kotak enam belas meter/area penalti. Permainan sepak bola dapat dilakukan dilapangan terbuka dan lapangan tertutup yang dimainkan oleh semua kalangan usia.

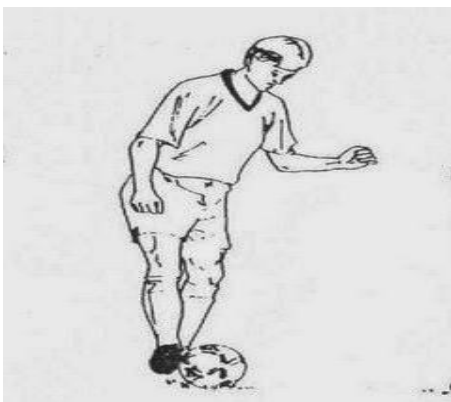
Menurut Joseph (2004:2) : “Sepak bola dimainkan pada lapangan yang lebih

besar dari olahraga lain kecuali polo, peraturan permainan mencakup dua periode waktu dua kali 45 menit, tanpa time out dan hanya sedikit pergantian pemain. Bukan hal yang mengejutkan jika pemain sepak bola merupakan atlet yang paling bugar”.

Menurut Muhajir (2007:22) :
“Sepakbola adalah suatu permainan yang dilakukan dengan jalan menyepak, yang mempunyai tujuan untuk memasukkan bola ke gawang lawan dengan mempertahankan gawang tersebut agar tidak kemasukan bola”.

Untuk bisa menggiring bola dengan baik harus terlebih dahulu bisa menendang dan mengontrol bola dengan baik. Dengan kata lain, seorang pemain tidak akan bisa menggiring bola dengan baik apabila belum bisa menendang dan mengontrol bola dengan baik.
http://rofasoccer.blogspot.com/2008/07/blog-post_8963.html Di akses tanggal 25 Januari 2015

Sucipto dkk (2000:34) menyatakan bahwa sikap awal meliputi:”1. Posisi Kaki menggiring bola sama dengan posisi kaki menendang bola, 2. Kaki yang digunakan untuk menggiring bola dengan kaki bagian dalam karah depan dengan posisi kaki agak terangkat dari tanah dan berat badan dibawah kedepan, 3. Bola bergulir harus selalu dekat dengan kaki.4. Pada waktu menggiring bola kedua lutut agak ditekuk, untuk mempermudah penguasaan bola.”



Gambar 1. Sikap Awal (Sucipto : 2000)

Sucipto, dkk (2000:35) menyatakan bahwa: “Sikap pelaksanaan meliputi: 1) Pandangan ditujukan kearah bola pada saat kaki menyentuh bola, 2) Kepala tetap tegak pada saat menggiring bola, 3) Pandangan terpusat ke lapangan pada saat menggiring bola, 4) Mekayangkan pandangan ke daerah sekeliling pada saat menggiring bola”.

Pendekatan dalam pembelajaran didefinisikan sebagai cara yang digunakan guru yang dalam menjalankan fungsinya merupakan alat untuk mencapai tujuan pembelajaran. Pendekatan pembelajaran lebih bersifat prosedural yang berisi tahapan-tahapan tertentu.

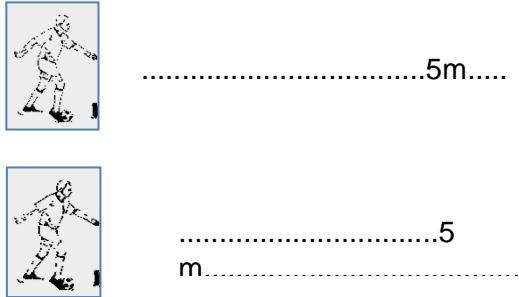
Jenis-jenis variasi seperti yang dikemukakan oleh Mielke (2007:7) mengemukakan contoh variasi latihan untuk menggiring bola antara lain yaitu :

1. Menggiring bola mengintari kun

Tujuan : Agar siswa dapat menggiring bola dengan benar dan merasakan perkenaan bola dengan kaki.

Pelaksanaan : siswa dibagi dalam beberapa kelompok kecil setiap kelompok terdiri dari 5-6 siswa setiap kelompok berbaris panjang kebelakang, siswa yang ada didepan akan menggiring bola sejauh 5m dengan mengintari kun yang berada pada ujung lapangan dan kembali ke barisan dengan menggiring bola dan memberikan bola kepada teman yang baris ke dua lalu siswa yang baris pertama tadi

baris ke belakang dan siswa yang menerima bola kembali menggiring bola sejauh 5 m dan kembali ke barisan dengan menggiring bola dan memberikan kepada siswa yang berikutnya begitu lah seterusnya.

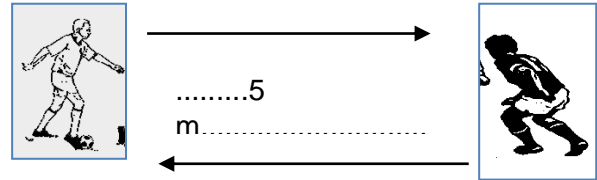
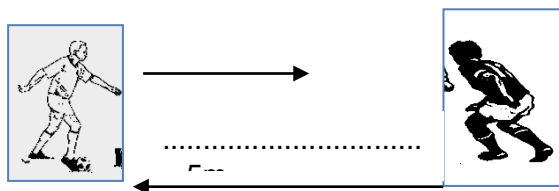


Gambar 2. Kegiatan *dribling* mengitari cone

2. Menggiring bola berpasangan

Tujuan : untuk meningkatkan control serta mempertahankan kecepatan menggiring bola

Pelaksanaan : siswa dibariskan sesuai dengan kelompoknya masing-masing dimana satu kelompok terdiri dari 5 atau 6 orang siswa dan berbaris dalam setiap kelompok berhadapan dengan jarak 5 m antara kelompok satu dengan kelompok yang lain, cara permainan ini sama dengan permainan sebelumnya dimana siswa yang di barisan pertama menggiring bola ke depan ke arah kelompok yang berhadapan setelah sampai pada kelompok didepan siswa berlari kebelakang barisan yang ada didepan lalu yang menerima bola menggiring bola ke arah kelompok yang didepannya dan begitu seterusnya.

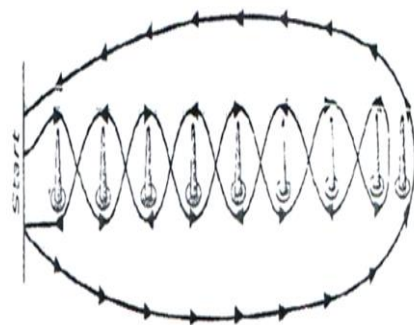


Gambar 3. Kegiatan *dribling* berpasangan

3. Slalom Dribble

Tujuan: Untuk meningkatkan control serta mempertahankan kecepatan menggiring bola

Pelaksanaan : menggunakan delapan pancang kerucut berderet, jarak antara kerucut satu meter. Bergerak secara zig-zag melewati kedelapan pancang kerucut tersebut kedua arah, kembali ke titik awal. Kemudian, sambil masih sedang menggiring bola, larilah memutar kerucut yang paling jalur dan kembali ke titik awal. Agar permainan ini lebih menarik, tambahkan lagi lebih banyak pemain disetiap percobaan. Rangkaian gerakan ini dapat dilihat pada gambar dibawah ini :



Gambar 4. Kegiatan Slalom *Dribble* (Mielke, 2007:8)

PEMBAHASAN

1. Data Awal



A. Tes awal menggiring bola siswa kelas V SD Negeri 056022 Tanjung Pura

Hasil tes awal yang di peroleh dari data sebelumnya bahwa, siswa yang katagori kurang sekali dengan nilai 60,3-69.7 dengan presentase 40% dan berjumlah 15 siswa yang tidak tuntas, sementara dengan nilai 70-80 dengan presentase 40% siswa yang tuntas dan berjumlah 10 siswa.

Dengan demikian sesuai data diatas dapat direfleksikan bahwa, hasil belajar menggiring Bola belum mencapai nilai KKM yang diharapkan, hal ini disebabkan karena gaya mengajar pada pembelajaran yang diterapkan masih bersifat satu arah, kurangnya pendekatan antara guru dengan siswa dan metode pembelajaran yang diterapkan guru pada setiap pertemuan adalah menjelaskan materi, pemanasan, perenggangan dan jarang diberikan game atau permainan yang mendukung materi pelajaran kemudian memberikan contoh dan terkadang kurang memberikan kontrol dan evaluasi yang cukup dengan alasan alokasi waktu kurang mencukupi, belum dipotong waktu ganti pakaian olahraga sehingga pembelajaran akan mengalami kejenuhan dan kurangnya respon siswa dalam melaksanakan pembelajaran khususnya materi menggiring bola pada permainan sepak bola.

2. Siklus I

Hasil pemantauan tindakan pada siklus I diperoleh dari:

Hasil tes awal yang diperoleh siswa yang memiliki nilai 60-66,7 dengan presentase 40% siswa yang tidak tuntas sebanyak 10 siswa yang tidak tuntas dan siswa yang memperoleh nilai 70-80 dengan

presentase 60% dan sebanyak 15 siswa yang tuntas.

Dengan demikian sesuai data yang diperoleh diatas dapat direfleksikan bahwa hasil belajar menggiring bola belum mengalami perubahan yang signifikan sesuai dengan KKM yang ditentukan karena dari keseluruhan siswa hanya 60% yang tuntas sementara yang harus dicapai siswa adalah sebesar 85% dari keseluruhan siswa. Hal ini dikarenakan karena pembelajaran yang kurang bervariasi, siswa yang kurang aktif siap dalam pelaksanaan pada saat menggiring bola, posisi badan yang kurang condong sehingga siswa sehingga siswa tidak dapat menggiring dan mengontrol datangnya bola, dalam hal ini guru juga kurang memberikan apresiasi kepada kelompok siswa yang berhasil dalam melakukan bentuk permainan yang diberikan.

Sesuai data hasil catatan lapangan siklus I ditemukan bahwa, selama proses pembelajaran berlangsung terlihat para siswa masih banyak melakukan hal-hal yang menunjukkan sikap kurang antusias dalam bergerak dan pada proses pembelajaran sehingga masih ada siswa yang melakukan kesalahan seperti tidak terkontrolnya siswa dalam menggiring bola kurang siap dan sigapnya siswa dalam melakukan Menggiring bola sehingga sering kali siswa tidak dapat Menggiring bola dengan benar. Pada siklus I peneliti juga menilai keberadaan dan penampilan guru bahwa pada siklus I kurangnya motivasi kepada siswa sehingga siswa kurang percaya diri dalam melakukan teknik menggiring bola. Berdasarkan data tersebut maka pada siklus I belum meningkatnya hasil belajar secara signifikan sesuai target yang diinginkan.

3. Siklus II

Hasil pemantauan tindakan pada siklus II diperoleh dari:

Hasil data siklus II dapat diketahui bahwa, siswa yang memiliki nilai 60-66,7 ada dengan presentase 2% sebanyak 3 orang siswa yang tidak tuntas. Sementara siswa yang memperoleh nilai 70-86,7 dengan presentase 88% sebanyak 22 siswa.

Dengan demikian dari data yang diperoleh dapat direfleksikan bahwa pada siklus II siswa telah mencapai target nilai KKM yang ditentukan yaitu secara keseluruhan 80% ketuntasan dan pada siklus II ini siswa telah mendapat 88% melebihi target yang dicapai

a. Data kualitatif hasil pengamatan catatan lapangan siklus II

Hasil catatan lapangan pada siklus II menunjukkan bahwa dalam proses pembelajaran para siswa sudah mulai serius dalam melakukan permainan dan dapat diaplikasikan dalam test Menggiring bola, siswa dapat melakukan permainan dan dalam melaksanakan tugas yang telah diberikan secara aktif dan kreatif. Secara keseluruhan baik siswa, guru dan peneliti melakukan pembelajaran dengan baik dan benar, siswa menikmati setiap permainan dan mengaplikasikan permainan tersebut di praktek menggiring bola dengan hasil yang memuaskan dimana seluruh 88% telah tuntas melebihi target yang di capai

PENUTUP

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dipaparkan, secara umum dapat disimpulkan bahwa:

Adanya peningkatan hasil belajar siswa melalui Pendekatan Bermain pembelajaran pendidikan jasmani menggiring bola pada siswa kelas V SD Negeri 056022 Tanjung Pura. Pada siklus I siswa cukup antusias dalam mengikuti pembelajaran menggiring bola Sesuai dengan refleksi, dengan nilai rata-rata kelas pembelajaran menggiring bola adalah 70 dengan persentase ketuntasan 66% siswa yang lulus dan hasil belajar siswa pada siklus kedua adalah 80 dengan persentase ketuntasan 88% dapat disimpulkan adanya peningkatan yang signifikan hasil belajar pada siklus II sehingga penelitian berakhir pada siklus ke 2.

DAFTAR PUSTAKA

- Dimiyanti dan Mudjiono.(2006). *Belajar dan Pembelajaran*. Penerbit Rineka Cipta. Jakarta
- Djamarah.(2006). *Strategi Belajar Mengajar*, Jakarta: Rineka Cipta
- Hamalik, Oemar. (2001). *Proses Belajar Mengajar*. Jakarta, Bumi Aksara.
- Lutan, Rusli.(1999). *Strategi Belajar Mengajar Pendidikan jasmani Dan kesehatan*. Departemen Pendidikan Dan Kebudayaan. Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi. Proyek Peminaan Tenaga Pendidikan. Jakarta.
- Muhajir.(2004). *Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan* Kelas VIII, Jakarta: Erlangga



Nana Sudjana.(1995). *Penilaian Hasil Proses Belajar Mengajar*, Bandung : PT. Remaja Rosda Karya.

Slameto.(2003). *Belajar dan Faktor-faktor yang mempengaruhinya*. Jakarta: Departemen Pendidikan nasional

Subroto, Toto (2003). *Pemantapan kemampuan mengajar (PKM)*. Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.

Suharsimi Arikunto.(2010). *Prosedur Penelitian*, Jakarta: PT Rineka Cipta.

Sunarno, Agung (2011). *Metode Penelitian Keolahragaan*. Surakarta : Yama Pustaka

Supandi.(1992). *Strategi belajar mengajar pendidikan jasmani dan kesehatan*.