



UPAYA PENINGKATAN HASIL BELAJAR MENGGIRING BOLA PADA PERMAINAN SEPAK BOLA MELALUI METODE ZIG-ZAG SISWA KELAS VIII DI SMP NEGERI4 BUNGAYA

EFFORTS TO INCREASE LEARNING RESULTS Dribbling IN A FOOTBALL GAME THROUGH ZIG-ZAG METHOD FOR CLASS VIII STUDENTS AT SMP NEGERI4 BUNGAYA

Ardiansyah¹, Ferawati², Mochammad Noer Alim Qolby³
Asal instansi: Universitas Megarezky

Alamat Instansi: Jl. Antang Raya, Antang, Kec. Manggala, Kota Makassar, Sulawesi Selatan
Email : ardiinsyah0602@gmail.com

ABSTRAK

Pendidikan jasmani dan kesehatan adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas fisik dan kesehatan untuk menghasilkan perubahan holistik dalam kualitas individu, baik dalam hal fisik, mental, serta emosional. Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan hasil belajar menggiring bola dalam permainan sepak bola melalui metode zig-zag terhadap siswa kelas VIII SMP Negeri 4 Bungaya. Jenis penelitian ini yaitu penelitian tindakan kelas (PTK), dilaksanakan dalam 2 siklus. Subyek penelitian seluruh siswa kelas VIII SMP Negeri 4 Bungaya yang berjumlah 16 siswa, dimana siswa laki-laki berjumlah 7 orang dan siswa perempuan berjumlah 9 orang. Teknik pengumpulan data yang digunakan berupa tes dan dokumentasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pembelajaran PJOK khususnya meningkatkan Hasil Belajar Menggiring Bola Dalam Permainan Sepakbola Melalui Metode Zig-Zag Terhadap Siswa Kelas VIII SMP Negeri 4 Bungaya. Meningkatkan. Dilihat dari persen ketuntasan siswa pada siklus I yang tuntas sebanyak 6 siswa dengan persen 37.50%. Pada siklus II yang tuntas sebanyak 15 siswa dengan persen 94.11%.

Kata Kunci : *Menggiring Bola, Zig-Zag, Sepakbola.*

ABSTRACT

This study aims to improve learning outcomes of dribbling in soccer games through the zig-zag method for second-grade students of SMP Negeri 4 Bungaya. This study used classroom action research (CAR), which is carried out in two cycles where each cycle consists of planning, Action, observation, and reflection. The subjects of this study were all second-grade students of SMP Negeri 4 Bungaya, totaling 16 students, consisting of 7 male students and nine female students. Data collection techniques were in the form of tests and documentation. The results showed that PJOK learning improved the Learning Outcomes of Dribbling in soccer games through the zig-zag method for second-grade Students of SMP Negeri 4 Bungaya. Increase. The percentage of students' completeness in the first cycle who completed as many as six students was 37.50% In the second cycle that was completed as many as 15 students with a percentage of 94.11%.

Keywords: *Dribbling, Zig-Zagging, Football*



PENDAHULUAN

Pendidikan adalah usaha sadar dan terencana dalam mewujudkan kondisi belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan diri untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, akhlak mulia, pengendalian diri, kepribadian yang cerdas, dan keterampilan yang diperlukan bagi dirinya, masyarakat, bangsa, dan negara.

Pendidikan jasmani sebagai salah satu bidang pengajaran di sekolah, mengandung dua kata, yaitu Pendidikan dan Jasmani. Kata Pendidikan mempunyai arti usaha sadar untuk menyiapkan peserta didik melalui kegiatan bimbingan, pengajaran, dan latihan bagi peranannya dimasa yang akan datang. Jasmani adalah tubuh atau badan manusia sebagai organisme yang hidup dengan segala daya dan kemampuannya.

Saat ini sepakbola merupakan olahraga yang sangat digemari diseluruh dunia. Mulai dari anak-anak hingga orang dewasa yang menyukai permainan sepakbola. Sehingga disambut baik oleh banyak kalangan.

Dalam satuan kurikulum pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan pada tingkat SMP. Ada beberapa cabang olahraga yang menjadi indikator pencapaian siswa. Salah satunya cabang olahraga sepakbola, Sepakbola merupakan olahraga yang menggunakan bola besar dan dimainkan secara beregu akan tetapi didalam proses pembelajaran,

guru boleh memodifikasi permainan tersebut sehingga proses pembelajaran dapat berjalan dengan lancar.

Dalam proses pembelajaran di sekolah, materi sepak bola telah diajarkan sejak dini. Pembelajaran pendidikan jasmani memberikan modal dasar bagi para siswa yang memiliki minat dalam permainan sepak bola.

Menggiring bola merupakan salah satu teknik bermain sepak bola yang penting untuk dapat dikuasai, karena dengan teknik ini permainan lebih efektif. Menggiring bola adalah mendorong bola secara terputus-putus tetapi tidak kehilangan bola berguna untuk melewati lawan tanpa kehilangan kontrol terhadap bola.

Asumsi calon peneliti bahwa dalam permainan sepak bola kemampuan

menggiring bola sangatlah penting karena dengan menggiring bola yang baik dan benar maka dalam menggiring bola tidak akan mudah di ambil dan dikuasai oleh lawan, atau direbut lawan. Dengan kemampuan menggiring bola yang baik dengan sedikit variasi bisa membuat suatu permainan sepak bola menjadi semakin menarik untuk ditonton.

Dari hasil observasi yang dilakukan pada siswa kelas VIII di SMP Negeri 4 Bungaya menunjukkan bahwa kemampuan siswa dalam menguasai teknik menggiring bola masih sering kehilangan bola dari sentuhan kakinya dan kemampuan dalam melakukan gerakan-gerakan menghindari



lawan masih terlihat kaku terutama pada tehnik menggiring bola kaki bagian luar. sehingga siswa masih banyak yang belum memenuhi Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM) yaitu nilai 75. dilihat dari evaluasi. 16 siswa dengan data klasikal 100% ikut serta dalam proses pembelajaran menggiring bola dalam, 11 siswa belum tuntas dengan data klasikal 68,75%, 5 siswa yang tuntas dengan data klasikal 31,25%. Dalam hal ini calon peneliti menggunakan model pembelajaran metode zig-zag.

Oleh karena itu pembelajaran sepakbola ini perlu untuk dikuasai dan dipelajari. Dilihat dari hasil observasi awal calon peneliti di SMP Negeri 4 Bungaya, salah satu masalah yang dihadapi para siswa kelas VIII di SMP Negeri 4 Bungaya dalam belajar pendidikan jasmani dan kesehatan khususnya pada pembelajaran sepak bola adalah kurangnya hasil belajar menggiring bola.

Sehubungan dengan hal tersebut timbul dorongan penulis untuk meneliti “upaya meningkatkan hasil belajar menggiring bola dalam permainan sepakbola melalui metode zig-zag terhadap siswa kelas VIII di SMP Negeri 4 Bungaya”.

TINJAUAN PUSTAKA

Pendidikan jasmani merupakan media untuk perkembangan metode motorik, kemampuan fisik, pengetahuan penalaran, pengahayatan nilai (sikap-mental-emosional-spiritual-sosial), dan

pembiasaan pola hidup sehat yang bermuara untuk merangsang pertumbuhan serta perkembangan yang seimbang.

Sepakbola adalah permainan beregu yang menggunakan bola sepak dan dimainkan oleh dua kesebelasan yang berlawanan, yang masing-masing terdiri dari sebelas orang pemain dan salah satunya penjaga gawang (siaga, 2018:)

Menurut (Effendi, 2017) dalam permainan sepak bola, ada berbagai teknik yang digunakan seperti *dribbling*, *passing*, *controlling*, *shooting*, dan *heading* serta teknik khusus penjaga gawang.

Dribbling dalam permainan sepakbola di defenisikan sebagai penguasaan bola dengan kaki saat pemain bergerak dilapangan permainan. Untuk menggiring bola kita bisa menggunakan kaki bagian dalam maupun kaki bagian luar sesuai kebutuhan dan situasi di lapangan. (Siaga, 2018: 40)

Ada beberapa teknik dasar dalam permainan sepak bola, khususnya *dribbling*. Terdapat dua tehnik dasar untuk menggiring bola, yaitu menggiring bola dengan kaki bagian dalam, dan menggiring bola dengan kaki bagian luar.

Peraturan permainan sepakbola:

1. Law I : Lapangan Pertandingan

Menurut Reki Siaga Agustina (2018: 11) lapangan sepak bola berbentuk persegi panjang yang umumnya adalah lapangan rumput alami atau rumput sintestis, dengan ukuran panjangnya 90m-120m dengan lebar 45m-90m.



2. Law II : Bola

- a. Bola yang dipakai harus berbentuk bundar/bulat
- b. Terbuat dari kulit atau bahan lain yang sesuai
- c. Diameter lingkaran dari bolanya yaitu 68-70 cm
- d. Mempunyai berat 410-450 gram
- e. Bertekanan udara 0,6-1,1 atm

3. Law III: Jumlah Pemain

- a. Jumlah pemain yang bermain dilapangan 11 orang dimasing-masing tim.
- b. 1 orang bertugas menjaga gawang
- c. Terdapat 1 orang pemimpin tim yang bermain dilapangan yang disebut kapten dimasing-masing tim
- d. 7 pemain adalah jumlah minimal untuk bisa memulai pertandingan
- e. Apabila ketika pertandingan berlangsung, salah satu tim mendapatkan 4 kartu merah/cedera (keluar permainan) maka pertandingan dihentikan dan tim lawan otomatis menang dianggap KO.
- f. Dalam pertandingan resmi, yang berafiliasi dengan FIFA, pergantian pemain hanya boleh dilakukan paling banyak 3 kali untuk masing-masing tim.
- g. Dipertandingan tidak resmi bisa disesuaikan.

4. Law IV: Peralatan Pemain

Dalam permainan sepak bola, ada beberapa peralatan yang digunakan oleh pemain

sepak bola yang sesuai dengan aturan (*Law of the games*), antara lain:

- a. Jersey
- b. *Shin Guard* (perlindungan tulang kering)
- c. Kuas kaki
- d. Sarung tangan
- e. *Headguard* (Tutup Kepala)
- f. Atribut yang dilarang

5. Law V: Wasit

Wasit adalah pengendali dalam pertandingan sepak bola. Artinya wasit memiliki peran penting sebagai pemimpin jalannya sebuah pertandingan sepak bola.

METODE

Penelitian ini dilaksanakan melalui rancangan Penelitian Tindakan Kelas atau PTK yang terdiri dari dua siklus. Sesuaikan setiap siklus tingkat keberhasilan dengan kemampuan yang diharapkan dikuasai oleh siswa. Mekanisme penelitian setiap siklus meliputi empat tahapan yaitu perencanaan, pelaksanaan, observasi dan refleksi. Suharsimi, 2016 menyatakan bahwa “penelitian tindakan kelas (PTK) terdiri atas dua siklus. Setiap siklusnya meliputi perencanaan, pelaksanaan, pengamatan, dan refleksi”. Jika siklus I tidak tuntas maka dilanjutkan ke siklus berikutnya dengan menerapkan model pembelajaran bervariasi. Dari setiap siklus terdiri dari tiga pertemuan.

Penelitian tindakan kelas ini dilaksanakan di SMP Negeri 4 Bungaya



Kel. Jenebatu, Kec. Bungaya, Kab. Gowa, sebanyak 16 siswa, terdiri dari 7 orang siswa laki-laki dan 9 orang siswa perempuan. Dengan menggunakan teknik pengumpulan data berupa, tes dan dokumentasi.

Instrumen penelitian yang digunakan untuk mengumpulkan data dalam penelitian ini adalah Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP). RPP adalah perangkat yang digunakan sebagai pedoman guru dalam mengajar dan disusun tiap putaran. Dalam RPP, memuat kompetensi dasar, indikator pencapaian hasil belajar, tujuan penelitian.

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini berupa, tes dan dokumentasi, sebagai berikut:

1. Tes, Pada teknik observasi ini, penelitian akan mengadakan tes secara langsung terhadap siswa kelas VIII SMP Negeri 4 Bungaya dengan kegiatan atau proses pembelajaran di lapangan. Tes dilakukan pada akhir penelitian setelah dilakukan serangkaian tindakan.

Adapun aspek-aspek yang menjadi fokus penelitian ini adalah sebagai berikut:

- a) Melakukan teknik menggiring bola dengan gerakan yang baik dan benar
- b) Melakukan teknik perkenaan kaki pada bola dengan gerakan yang baik dan benar
- c) Melakukan gerakan lanjutan saat menggiring bola

2. Dokumentasi, dilakukan dengan mengumpulkan dokumen-dokumen yang berkaitan dengan subjek yang akan

dipelajari baik berupa foto, video, maupun dokumen lainnya dilakukan dengan mengumpulkan berbagai data yang diperlukan selama penelitian berlangsung sebagai bahan acuan penarikan kesimpulan hasil penelitian nantinya dan sebagai tanda bukti pelaksanaan penelitian.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Siklus I

Kegiatan yang telah dilakukan pada siklus satu adalah pada pertemuan pertama penyajian materi menggiring bola dalam permainan sepak bola dengan menggunakan metode zig-zag, pertemuan kedua melakukan praktek dilapangan, dan untuk pertemuan ke tiga pengambilan hasil belajar. Berdasarkan hasil penelitian pada siklus satu, maka persentase ketuntasan belajar siswa dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

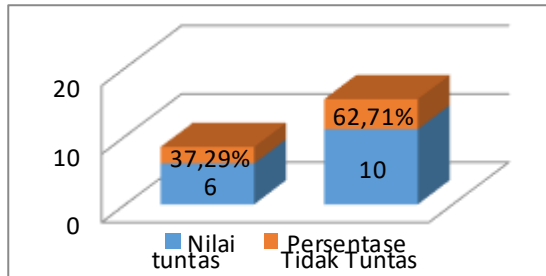
Tabel 1 Deskripsi ketuntasan siklus I hasil belajar siswa kelas VIII SMP Negeri 4 Bungaya

Kriteria keruntasan	Kategori	Frekuensi	Presentase
≥ 75	Tuntas	6	37,29%
< 75	Tidak Tuntas	10	62,71%

Pada tabel diatas menunjukkan bahwa siswa kelas VIII SMP Negeri 4 Bungaya yang berjumlah 16 siswa, presentase ketuntasan hasil belajar menggiring bola melalui metode zig-zag



pada siklus pertama adalah 37,29% yang tuntas dari jumlah frekuensi 6 dan 62,71% yang tidak tuntas dari jumlah frekuensi 10. Dapat dilihat dari diagram batang skor nilai persentase pada siklus berikut ini:



Berdasarkan gambar diagram persentase pada siklus I diatas, tampak bahwa dari 16 sampel penelitian terdapat 62,71% siswa yang tidak tuntas dan 37,29% siswa yang tuntas.

Setelah selesai tindakan sampai akhir siklus, peneliti mendiskusikan hasil pengamatan. Hasil penilaian yang dilakukan oleh peneliti masih dibawah standar yang diinginkan. Hal tersebut dikarenakan siswa kurang fokus dan kurang banyak kesempatan dalam melakukan pembelajaran menggiring bola. Sehingga setelah berkoordinasi dengan kolaborator, dan akhirnya menyarankan untuk melanjutkan penelitian ke siklus 2, yaitu dengan memperbaharui pembelajaran metode zig-zag pada siklus yang pertama dengan metode pembelajaran zig-zag yang lain untuk mempermudah siswa untuk mempraktekkannya dan lebih memfokuskan pada siswa yang belum mampu melakukan menggiring bola

permainan sepakbola.

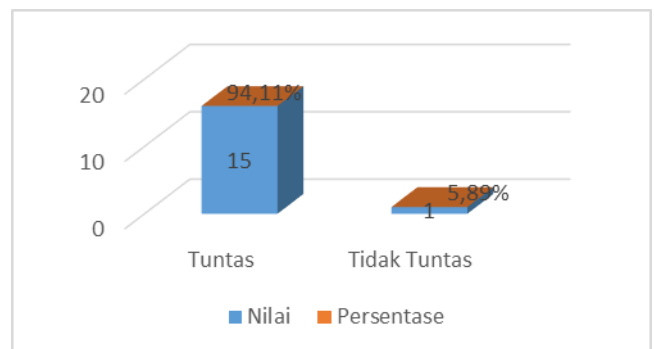
Siklus II

Tabel 4.5 Deskripsi Ketuntasan Siklus II hasil belajar Siswa Kelas VIII SMP Negeri 4 Bungaya

Kriteria keruntasan	Kategori	Frekuensi	Persentase
≥ 75	Tuntas	15	94,11%
< 75	Tidak Tuntas	1	5,89%

Pada tabel diatas menunjukkan persentase ketuntasan hasil belajar menggiring bola melalui metode zig-zag siswa Kelas VIII SMP Negeri 4 Bungaya pada siklus kedua 94,11% tuntas dari jumlah frekuensi 15 dan 5,89% tidak tuntas dari jumlah frekuensi 4 siswa.

Jadi dapat meningkatkan hasil belajar menggiring bola pada siswa Kelas VIII SMP Negeri 4 Bungaya melalui metode zig-zag pada siklus II mencapai persentase ketuntasan 94,11% dapat dilihat pada diagram batang skor nilai persentase pada siklus II berikut ini:



Berdasarkan diagram batang skor nilai persentase pada siklus II diatas, tampak bahwa dari 16 sampel penelitian, terdapat 94,11% siswa yang tuntas dan



5,89% siswa yang tidak tuntas.

Setelah selesai tindakan sampai akhir siklus, peneliti dan kolaborator mendiskusikan hasil pengamatan. Berdasarkan hal tersebut maka peneliti membandingkan hasil penelitian kinerja teknik menggiring bola permainan sepakbola antara, siklus I dan siklus II diperoleh rata-rata ketepatan menggiring bola siswa Kelas VIII SMP Negeri 4 Bungaya. Tahun ajaran 2020/2021 dari nilai tes mengalami peningkatan dari rata-rata persentase 37,29% pada siklus I, dan meningkat menjadi 94,11% pada siklus II, selain itu siswa yang tidak mampu mencapai nilai hasil belajar menggiring bola kurang dari 75 (KKM) berkurang menjadi 1 siswa pada siklus II atau 94,11% siswa dapat mencapai nilai hasil belajar menggiring bola diatas 75. Dimana 1 orang siswa yang tidak lulus pada siklus II mengalami tidak keseriusan dan jarang mengikuti proses pembelajaran penjas. Setelah berkoordinasi dengan kolaborator, maka penelitian pada siklus II sudah dapat dihentikan.

Pembahasan Hasil penelitian

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada siklus I dan siklus II tentu sangat jelas perbedaan perubahan yang terjadi pada kedua siklus ini. Perubahan yang terjadi pada siklus I dan siklus II sangat jauh berbeda peningkatannya, hal itu dapat kita lihat dari presentase hasil belajar yang didapatkan dari kedua siklus dengan

pemberian perlakuan yang sama namun dengan tindakan yang berbeda yaitu: Perencanaan, Tindakan, Pengamatan, dan Refleksi. Pada siklus I proses pembelajaran menggunakan metode pembelajaran zig-zag untuk melihat presentase ketuntasan siswa dan setelah melakukan praktek di lapangan ketuntasan siswa masih di bawah KKM karena dilihat dari proses pembelajarannya, siswa dominan belum bisa mempraktekkan metode zig-zag dan belum tepat melakukan menggiring bola sesuai metode yang diberikan. Maka dilanjutkan ke siklus II dengan menggunakan metode pembelajaran zig-zag yang berbeda yang mudah untuk di pahami siswa dan dipraktekkan oleh siswa. Dengan adanya proses pembelajaran siklus II siswa dapat memperbaiki dan mampu meningkatkan hasil belajarnya dengan *passing* bervariasi.

KESIMPULAN

Penelitian tindakan kelas (PTK) dilakukan di SMP Negeri 4 Bungaya, Kec. Bungaya, Kab. Gowa, Prov. Sulawesi Selatan tahun ajaran 2021-2022. Pembelajaran melalui metode zig-zag pada siswa kelas VIII SMP Negeri 4 Bungaya. Dari hasil analisa yang diperoleh terjadi peningkatan dari siklus I dan siklus II. Hasil Belajar menggiring bola atas pada siklus I dalam kategori tuntas adalah 37,29% dengan jumlah siswa yang tuntas 6 siswa. Dan pada siklus II terjadi peningkatan persentase hasil belajar menggiring bola padasiswa dalam kategori tuntas sebesar



94,11% dengan jumlah siswa yang tuntas adalah 15 siswa.

Wina Sanjaya. (2009). Penelitian Tindakan Kelas. Jakarta : Kencana.

DAFTAR PUSTAKA

Knut Dietrich & K.J. Dietrich. Buku Sepak Bola, Bandung. Gramedia.

Luxbacher, Joe,. Sepakbola Taktik & Teknik Bermain, Jakarta: GrafindoPersada

Muhajir. (2007), *pengertian sepak bola*. Jakarta. Grasindo.

Saparia, A. (2012). *Meningkatkan Keterampilan Menggiring bola padaMelalui latihan zig-zag run Dalam Permainan Sepak Bola pada siswa kelas V SD NEGERI TOBOLI*. Jurnal Ilmu pendidikan, Vol. 2 edisi 4 juli-desember 2013.

Siaga, R. (2018). Buku Jago Sepak Bola, pamulang. Cemerlang Media

Suharsimi, Arikunto. (2006). *Prosedur Penelitian Suatu PendekatanPraktik* Jakarta: Rineka Cipta

Sucipto. (2000). *Sepak bola*. Jakarta: direktorl pendidikan dasar dan menenga bagian proyek penataran D-III

Sukidin,Dkk. (2002). *Manajemen Penelitian Tindakan Kelas*. Jakarta: Insan Cendekia.

Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan Kombinasi (Mixed Methodes)*. Alfabet.