

MENINGKATKAN GERAK DASAR *SHOOTING* BAGIAN PUNGGUNG KAKI DALAM SEPAKBOLA MELALUI MODIFIKASI MENGGUNAKAN *TEAM GAME TOURNAMENT*

(Penelitian Tindakan Keas Pada siswa Kelas V-B SDN Cikoneng I Kecamatan Ganeas Kabupaten Sumedang)

Siti Nurhasanah (siti.nurhasanah96)

Anin Rukmana (anin_rukmana@yahoo.com)

Anggi Setia Lengkana (asetialengkana@gmail.com)

Program Studi PGSD Penjas UPI Kampus Sumedang

ABSTRAK

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh minimnya pemahaman siswa terhadap gerak dasar *shooting* dan bagian punggung kaki yang benar dan kurangnya optimal kinerja guru. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui perencanaan, pelaksanaan, aktivitas siswa, hasil belajar dari pembelajaran gerak dasar *shooting* menggunakan punggung kaki. Metode penelitian ini menggunakan metode Penelitian Tindakan Kelas dengan desain Kemmis dan Mc.Taggart. Hasil dari penelitian ini. Berdasarkan hasil penelitian pada data awal siswa yang lulus mencapai 20% atau 4 siswa, pada siklus I 50% atau 10 siswa, siklus II mencapai 70% atau 14 siswa, di siklus III meningkat mencapai 95% atau 19 siswa. Dapat disimpulkan bahwa melalui modifikasi gawang menggunakan *Team Game Tournament* meningkat dari siklus ke siklus dan siswa menjadi lebih antusias dalam mengikuti pembelajaran dan gerak dasar *shooting* bagian punggung kakinya lebih baik.

Kata Kunci: Shooting Punggung Kaki, Modifikasi, TGT

PENDAHULUAN

Pendidikan jasmani adalah pendidikan yang dilaksanakan melalui aktivitas jasmani atau olahraga (Mulyanto R. , 2013). Pendidikan jasmani merupakan proses belajar melalui gerak. Proses pelaksanaan pendidikan jasmani dilaksanakan dengan gerak yang dilakukan oleh anak pada saat olahraga. Berhasil tidaknya proses pendidikan jasmani di sekolah dasar tergantung pada kreativitas guru dan penerapan-penerapan model pembelajaran yang sesuai dengan materi yang akan di ajarkan. Kondisi nyata yang ada dilapangan bahwa metode yang bervariasi jarang diberikan oleh guru karena guru hanya menggunakan metode komando yang membuat anak merasa cepat lebih jenuh dalam melaksanakan olahraga. (Abdillah, 2015) penjas yaitu suatu pembelajaran yang ada di sekolah, dari mulai Taman Kanak-Kanak hingga jenjang yang lebih tinggi.

(Simon & Y, 2007) Berpendapat bahwa pendidikan jasmani adalah upaya untuk dapat mengaktualisasikan seluruh potensi yang ada yang ada dalam aktivitasnya yang berupa sikap dan tindakan.

(Huda, 2016) Mengemukakan bahwa pendidikan jasmani adalah suatu yang sangat penting bagi perkembangan dan pertumbuhan anak karena pada saat ini anak lebih aktif untuk bergerak karena di dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani terdapat wahana pendidikan yang memberikan kesempatan bagi anak menjadi lebih senang belajar dengan aktivitas gerak tubuhnya.

(Salim, 2008) Mengenai sepakbola menerangkan bahwa sepakbola adalah olahraga yang sangat digemari bahkan populer, bahkan di dalam kurikulum tingkat satuan pendidikan Sekolah Dasar (SD),

sepakbola masuk dalam salah satu permainan bola besar. Dalam permainan sepakbola terdapat teknik-teknik yang harus dipelajari yaitu menendang bola atau *shooting*, menerima, menghentikan, menyundul, dan menggiring bola.

(Charlim, 2010) Berpendapat mengenai sepakbola adalah permainan yang dimainkan oleh dua regu secara berhadapan setiap anggota regunya berjumlah sebelas orang sehingga diperlukan adanya unsur kekompakan di dalam setiap regunya dan teknik dasar yang diterapkan agar berpengaruh terhadap kualitas permainan. Dalam permainan sepakbola hampir seluruhnya bisa dimainkan oleh kaki kecuali bagi seorang penjaga gawang bebas memainkan seluruh anggota badannya oleh karena itu di dalam permainan sepakbola mutlak harus mempelajari gerakan dasarnya terlebih dahulu agar kualitas dalam permainan bagus.

(Sunarsono, 2010) mengatakan bahwa *shooting* menendang bola dengan menggunakan kaki dengan sekuat tenaga ke arah sasaran atau gawang. Pada umumnya *shooting* bertujuan untuk memasukkan bola ke gawang lawan.

(Sucipto, 2000) Mengemukakan analisis gerak *shooting* dengan punggung kaki adalah pada sikap awal posisi badan berada di belakang bola, badan sedikit condong ke depan, kaki yang menjadi tumpuan di letakkan di sampingnya bola dengan ujung kaki menghadap ke arah sasaran, lutut agak ditekuk, kedua tangan menjaga keseimbangan, pandangan ke arah jalannya bola. Pada saat pelaksanaan kaki yang mau menendang di tarik ke belakang lalu kaki diayunkan kedepan hingga mengenai bola tepat pada titik tengahnya dengan menggunakan punggung kaki. Pada gerak lanjut pandangan ke arah bola, kaki tendang diarahkan pada sasaran, badan condong ke depan, tangan mengunci di depan badan pandangan mengikuti jalannya bola ke sasaran



Shooting menggunakan bagian punggung kaki

Herdiyansyah & Nurasyfa (2010) Berpendapat bahwa *shooting* atau menendang adalah gerakan yang paling dominan dalam berjalannya permainan sepakbola tujuan utamanya adalah untuk mencetak

sekor dengan sebanyak-banyaknya ke gawang lawan. Di dalam gerakan *shooting* harus memperhatikan gerak dasarnya terlebih dahulu yang mana da sikap awal, pelaksanaan dan gerak lanjut serta harus memperhatikan posisi kaki, tangan, badan seta kepala atau pandangan agar hasil yang didapat dalam melaksanakan gerakan tersebut menjadi lebih optimal

(Kusniati, 2014) Modifikasi adalah penggunaan-penggunaan media atau sesuatu untuk mnarik siswa dalm mengikuti pembelajaran. Modifikasi merupakan salah satu upaya yang dilakukan oleh guru agar proses pembelajaran dapat berjalan sesuai dengan yang diharapkan. Modifikasi harus dibuat dengan semenarik mungkin agar siswa lebih antusias dalam mengikuti pembelajaran karena merasa lebih tertarik makan seirngnya dengan keatusiasan siswa dalam mengikuti pembelajaran gerak dasarnya puan akan lebih terangsang dan terlatih menjadi lebih baik.

Aip & Yoyo (2005) Modifikasi merupakan usaha dalam terlaksananya proses pembelajaran agar lebih menyenangkan. Cara ini dimaksud untuk menuntun atau mengarahkan siswa yang tadinya masih belum bisa menjadi bisa, yang tadinya masih belum terampil menjadi lebh terampil. Cara-cara guru dalam memodifikasi pembelajaran akan terlihat mulai dari awal hingga pada akhir pembelajaran, setelah iu guru pendidikan jasmani harus bisa mengetahui apa saja yang harus di modifikasi serta bagaimana cara memodifikasinya agar menjadi alat bantu di dalam berlangsungnya proses pembelajaran

(Safari, 2011) *Team Gam Tournament* adalah bentuk pembelajarn yang menggunakan suatu pertandingan agar siswa lebih antusias. Dilaksanakannya pembbelajaran dengan menggunakan model pembelajaran TGT siswa dapat lebih termotivasi untuk mengikuti proses pembelajaran berlangsung mulai dari memperbaiki gerak dasarnya sampai dengan pemecahan masalah yang lebih kompleks. Model pembelajaran secara kooperatif bisa menciptakan perubahan dalam pembelajaran yang berlangsung dilapangan tidak ada lagi rasa jenuh yang dirasakan siswa karena siswa telah dibentuk atas kelompoknya masing-masing maka akan menumbuhkan suatu kegembiraan yang tumbuh di dalam diri siswa sehingga siswa lebih antusias dan merasa termotivasi dalam mengikuti pembelajaran.

Dari latar belakang tersebut maka muncul rumusan masalah yang mencakup bagaimana perencanaan pembelajaran yang dibuat sebelum melaksanakan pembelajaran, seperti apa peroses pelaksanaan kinerja guru pada saat berlangsungnya peroses pendidikan jasmani, bagaimana aktivitsa siswa dan tes hasil belajar siswa setelah mengikuti pembelajaran gerak dasar shooting bagian punggung kaki melalui modifikasi gawang menggunakan model pembelajaran *Team Game Tournament* (TGT) terhadap siswa kelas V-B SDN Cikoneng I Kecamatan Ganeas. Tujuan dari dilaksanakannya penelitian ini adalah untuk

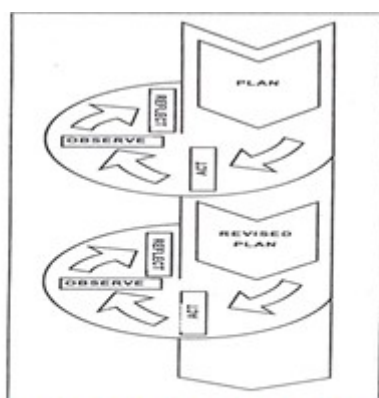
mengetahui perencanaan, pelaksanaan, aktivitas siswa dan hasil tes belajar gerak dasar *Shooting* melalui modifikasi gawang dan kompetisikan pada SDN Cikoneng I Kecamatan Ganeas.

Setelah dilakukan observasi data awal pada gerak dasar *shooting* bagian punggung kaki dalam sepakbola pada siswa kelas V-B SDN Cikoneng I Kecamatan Ganeas dari jumlah keseluruhan 20 siswa hanya ada 4 orang siswa yang mampu melakukan gerakan tersebut atau 80% dan 18 siswa atau 80% Belum bisa melakukan gerak dasar *shooting* bagian punggung kaki, olehkarena itu masih banyaknya siwa yang belum mencapai kriteria kelulusan yang telah ditetapkan yaitu 75. Bertitik tolak dari hal tersebut peneliti akan menjadikan ini sebagai subjek dari penelitian karena berdasarkan data awal yang telah diperoleh masih rendahnya pengetahuan, kemampuan siswa dalam gerak dasar *shooting*.

METODE PENELITIAN

(Suherman A. , 2013) Menyatakan penelitian tindakan kelas (*Classroom Action Research*) merupakan suatu bentuk penelitian yang bersifat reflektif. Yang merupakan suatu cara yang lebih stratrgis bagi guru untuk melakukan tindakan memperbaiki layanan pendidikan yang diselenggarakan dalam konteks pembelajaran dilapangan, yang diawali dengan kesadaran akan adanya permasalahan yang dianggap telah mengganggu terhadap tujuan dari pembelajaran sehingga tugas guru harus dapat memecahkan permasalahan tersebut. (Arikunto, 2016) Penelitian tindakan kelas adalah penelitaian yang memaparkan terjadinya sebab akibat dari perilaku yang terjadi seperti sebab darai masalh tersebt dan dampaknya apa. Sekaligus memaparkan apa saja yang terjadi setelah diberikan perlakuan oleh guru, dan dari semua tindakan perlakuan sapaai dengan adanya dampak dari perlakuan tersebut dipaparkan secara jelas.

Desain yang digunakan dalm pelaksanaan penelitian ini adalah Model Siral dari Kemmis dan Taggart alur penelitian tindakan kelas yang diawali dari perencanaan, pelaksanaan, pengamatan, refleksi yang berbentuk siklus yang akan berlangsung lebih dari satu siklus tergantung pada permasalahan yang dihadapi dan tergantung dari dari keberhasilan target yang akan dicapai dalam penelitian ini.



**Model Spiral dari Kemmis dan Taggart
Hanifah (2014, hlm. 53)**

Lokasi Penelitian

Lokasi Penelitian SDN Cikoneng I Kecamatan Ganeas Kabupaten Sumedang. Lokasi ini dipilih sebagai tempat penelitian karena berdasarkan hasil observasi awal yang telah dilakukan terdapat permasalahan yang harus diperbaiki.

Subyek Penelitian

Subyek dalam penelitian ini adalah siswa-siswi kelas V-B SDN Cikoneng I Kecamatan Ganeas Kabupaten Sumedang yang berjumlah 20 orang. Dengan jumlah siswa laki-laki sebanyak 11 orang dan jumlah siswa perempuan sebanyak 9 orang. Alasan peneliti mengambil sampel kelas V-B yaitu berdasarkan ditemukannya permasalahan yang terjadi pada pembelajaran sepakbola kebanyakan dari siswa masih belum mampu melakukan gerak dasar *shooting* bagian punggung kaki dengan benar sehingga perlu adanya upaya untuk meningkatkan gerak dasar *shooting* bagian punggung kaki melalui modifikasi gawang menggunakan model pembelajaran kooperatif tipe *Team Game Tournament* (TGT)

HASIL DAN PEMBAHASAN

Perencanaan

Pada data awal perencanaan pembelajaran mencapai 65,74% pada setiap siklus yang telah dilaksanakan berdasarkan dari analisis dan refleksi terhadap perencanaan pembelajaran sebelumnya dan target yang belum tercapai masih bisa diperbaiki hingga mencapai target yang ditetapkan yaitu 90%, pada siklus I secara keseluruhan persentase yang didapat baru mencapai 75,24%. Oleh karena itu masih perlu adanya perbaikan dari berbagai aspek di siklus selanjutnya agar apa yang diharapkan tercapai dengan maksimal. Pada siklus II setelah dilakukan perbaikan naik menjadi 83,9%, namun masih belum mencapai target yang telah ditetapkan dan setelah dilakukannya perbaikan pada siklus ke III persentase naik mencapai 97,3% maka telah mencapai target yang telah ditetapkan dan pembelajaran diakhiri di siklus III. Sanjaya (2006) Berpendapat bahwa seorang guru harus melaksanakan perencanaan sebelum berlangsungnya proses pembelajaran.

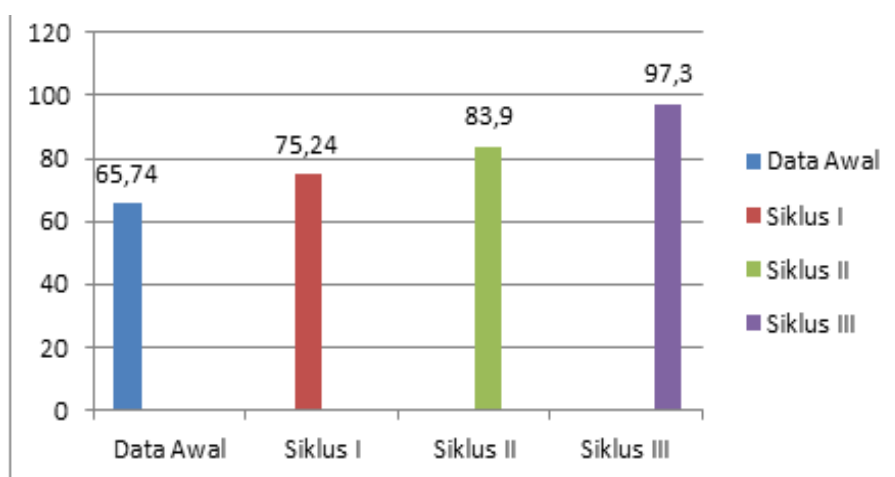


Diagram 1. Rekapitulasi Data Awal, Siklus I, Siklus II, Siklus III

Pelaksanaan

Pada data awal pelaksanaan hanya mencapai 58,7%, pada siklus I mencapai 72,5% , pada siklus II meningkat mencapai 86,6% namun masih belum mencapai pada target dan pada siklus III meningkat menjadi 96,25% sehingga pada siklus III telah mencapai target yang telah ditetapkan. Dengan hasil observasi yang telah dipaparkan maka peneliti menganalisis dan merefleksikan bahwa kualitas pembelajaran di siklus III berlangsung dengan baik, karena dilihat dari kinerja guru yang telah berhasil dalam melaksanakan perannya sebagai pengajar yang baik bagi siswa dalam melakukan gerak dasar *shooting* bagian punggung kaki. Ibrahim (2001) Pembelajaran berlangsung seharusnya dengan diiringi interaksi antara guru dengan siswa agar berjalan dengan baik.

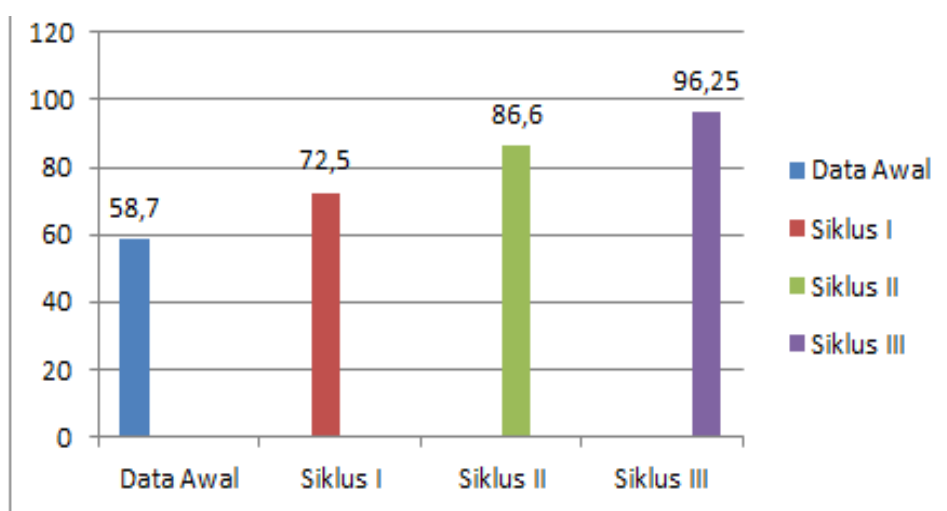


Diagram 2. Rekapitulasi Pelaksanaan Data Awal, Siklus I, Siklus II, Siklus III

Aktivitas Siswa

Dari aktivitas siswa pada data awal yang mencapai kriteria baik 4 siswa atau 20%, kriteria cukup 6 siswa atau 30%, kriteria kurang mencapai 50%. Pada siklus I yang mendapatkan kriteria baik mencapai 9

sisw atau 55% dan yang mendapatkan kriteria cukup sebanyak 11 siswa atau 55%, yang mendapatkan kriteria kurang sudah tidak ada. Pada sklus II kriteria baik 15 siswa atau 75%, kriteria cukup 5 siswa atau 25%. Pada siklus III yang mencapai kriteria baik mencapai 18 siswa atau 90% dan yang mencapai kriteri cukup mencapai 10%. Sehingga terjadinya peningkatan pada dari data awal, siklus I, siklus II dan pada siklus III telah mencapai target yang telah ditetapkan.

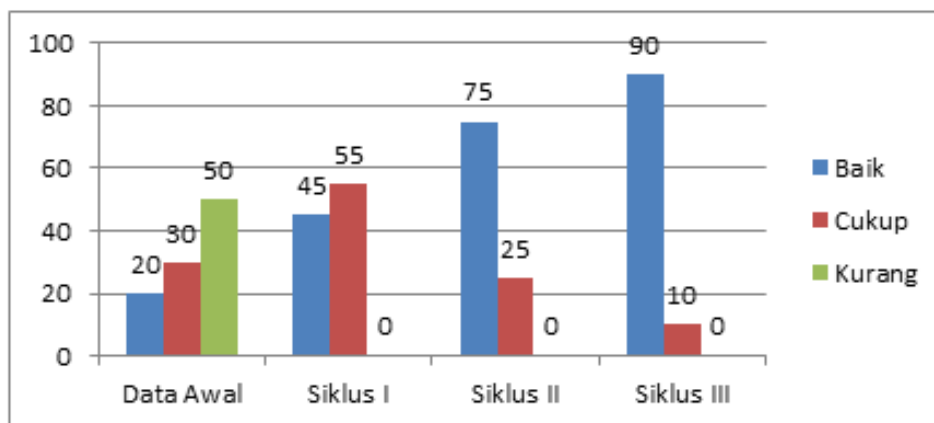


Diagram 3. Rekapitulasi Aktivitas Siswa Data Awal, Siklus I, Siklus II, Siklus III

Hasil Belajar

Pada hasil belajar di data awal hanya ada 4 siswa atau 20% yang tuntas dalam melaksanakan gerak dasar *shooting* bagian punggung kaki dalam pembelajaran sepakbola, pada siklus I terjadi peningkatan bahwa siswa yang tuntas menjadi 9 siswa atau 45%, pada siklus naik menjadi 14 siswa atau 70%, dan pada siklus ke III mengalami lagi peningkatan dimana siswa yang tuntas sebanyak 19 siswa atau 95%. Sehingga dapat disimpulkan bahwa dalam melaksanakan gerak dasar *shooting* bagian punggung kaki melalui modifikasi gawang menggunakan model pembelajaran *Team Game Tournament* (TGT) bahwa penelitian ini telah mecapai target yang telah ditetapkan karena siswa sudah terbiasa dan terasah dalam dalam melakukan gerakan *shooting* trsebut. Husdarta& Kusmaedi (2010) keterampilan motorik berkembang melalui kordinasi antara gerakan-gerakan tubuh dengan penguasaan pengendalian syaraf dan otot.

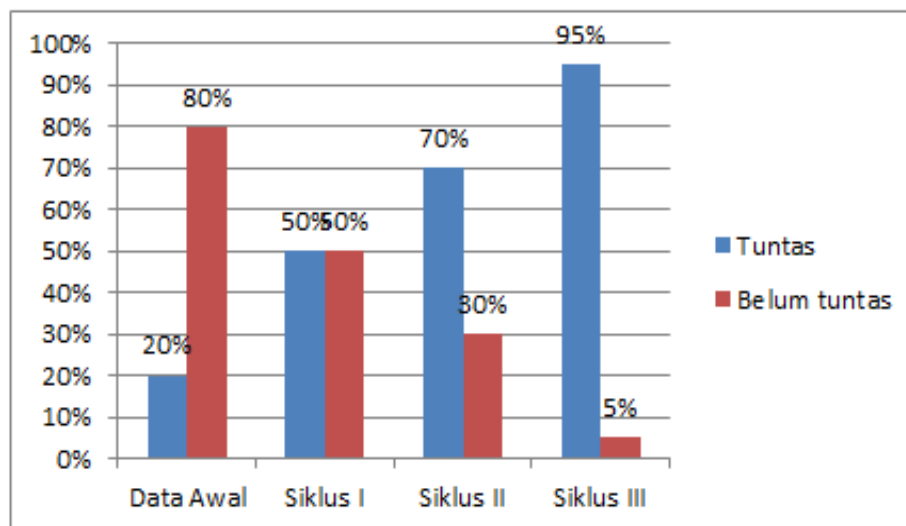


Diagram 4. Rekapitulasi Hasil Belajar Data Awal, Siklus I, Siklus II dan Siklus III

KESIMPULAN

Pembelajaran gerak dasar *shooting* melalui modifikasi gawang menggunakan model pembelajaran kooperatif tipe *Team Game Tournament*(TGT) yang pada prosesnya meliputi perencanaan pembelajaran, pelaksanaan pembelajaran, aktivitas siswa, hasil belajar melalui modifikasi gawang dan di turnamen terbukti bahwa kemampuan siswa dalam melakukan gerak dasar *shooting* bagian punggung kaki dalam pembelajaran sepakbola menjadi meningkat pada siswa kelas V-B SDN Cikoneng I kecamatan Ganeas. Pembelajaran *shooting* bagian punggung kaki melalui modifikasi gawang menggunakan model pembelajaran kooperatif tipe *Team Game Tournament* (TGT) telah berhasil memperbaiki aktivitas siswa dan hasil belajar siswa dalam melakukan gerak dasar *shooting* bagian punggung kaki mengalami peningkatan yang cukup baik.

IMPLIKASI DAN REKOMENDASI

Bagi siswa, siswa perlu dibina melakukan gerak dasar *shooting* bagian punggung kaki yang bermanfaat bagi dirinya, sehingga dengan pembelajaran *shooting* dengan punggung kaki nantinya siswa dapat bermain sepakbola dengan baik. Pentingnya menciptakan suatu proses pembelajaran yang lebih menyenangkan dan membuat siswa untuk belajar lebih aktif pada saat berlangsungnya pembelajaran. Bagi guru, hendaknya mendalami lebih mendalam mengenai bentuk permainan dalam sepakbola, sehingga dalam penerapannya tidak menjadi salah persepsi. Guru sebagai fasilitator harus mampu mengadakan perubahan pada cara mengajar yang tadinya lebih banyak terpusat pada guru, harus mulai dirubah menjadi suatu pembelajaran yang lebih menitikberatkan pada keaktifan dan kreatifitas peserta didik sehingga pembelajaran berlangsung akan lebih menarik. Bagi sekolah, dalam rangka meningkatkan kemampuan pembelajaran *shooting* bagian punggung kaki dalam sepakbola diharapkan

dukungan dari pihak sekolah berupa saran dan prasarana yang diperlukan dalam pembelajaran sepakbola, untuk menunjang pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani. Maka pihak sekolah diharapkan berupaya untuk memberikan kontribusi yang maksimal agar pembelajaran ini berlangsung dengan baik. Dan melakukan pembinaan dan pelatihan yang intensip kepada guru perlu diadakan oleh pihak sekolah agar dapat meningkatkan kemampuan mengajarnya dalam rangka inovasi pembelajaran pendidikan jasmani. Bagi lembaga lain, diharapkan menjadi acuan agar dapat memberikan inovasi untuk terciptanya calon pengajar yang lebih baik di tahun-tahun berikutnya. Bagi peneliti lain, hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bandingan sekaligus landasan peneliti lanjut yang berhubungan dengan pengembangan modifikasi dan *Team Game Tournament* (TGT) dalam pembelajaran sebagai tindakan. Bagi peneliti lain yang akan melaksanakan penelitian tindakan kelas hendaknya menggunakan sumber yang lebih banyak lagi, sehingga temuan-temuan dalam pelaksanaan pembelajaran *shooting* bagian punggung kaki ini lebih lengkap.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdillah, G. (2015). Meningkatkan Gerak Dasar Lari Gawang Pada Pembelajaran Atletik Melalui Media Kardus Di Kelas V SDN Lingar 1 Kecamatan Rancaekek Kabupaten Bandung. *Jurnal Mimbar Pendidikan Dasar*, 9-23.
- Arikunto. (2016). *Penelitian Tindakan Kelas*. Jakarta: Bumi Aksara.
- B, S. A. (2005). *Pengembangan Media Pengajaran Penjaskes*. Depdiknas Dirjen Pendidikan Dasar dan Menengah.
- Charlim. (2010). *Mengenal Lebih Jauh Tentang Sepak Bola* . Jakarta: Multi Kreasi18.
- Hanifah, N. (2014). *Memahami Penelitian Tindakan Kelas Teori dan Aplikasi*. Bandung: UPI PRESS
- Huda, D. L. (2016). Penerapan Model Mace and Benn Untuk meningkatkan Kemampuan Lompat Jauh Gaya Jongkok Pada Siswa Kelas V SDN 2 Jatimulya Kecamatan Cidahu Kabupaten Kuninga. *Jurnal Mimbar Pendidikan Dasar*, 25-31.
- Ibrahim. (2001). *Landasan Psikologis Pendidikan jasmani Di Sekolah Dasar*. Jakarta: Depdiknas.
- Kusmaed, H. &. (2010). *Pertumbuhan dan Perkembangan Peserta Didik*. Alfabeta.
- Kusniati. (2014). Mengembangkan Model Modifikasi Permainan Bola Voli "Serpasing" Pembelajaran Pernjasorkes SD Kelas V. *Jurnal Mimbar Pendidikan*, 75-77.
- Mulyanto, R. (2013). *Belajar dan Pembelajaran Penjas*. Sumedang: Universitas Pendidikan Indonesia.
- Nurasyifa, H. (2010). *Mari Belajar Sepak Bola*. Bogor: PT. Regina Eka.

- Safari. (2011). *Model Pembelajaran Kooperatif Pendidikan Jasmani*. Bandung: Bintang Warli Artika.
- Salim. (2008). *Buku Pintar Sepak Bola*. Tangerang: Nusantara Lestari Ceria Pratama.
- Saputra, S. &. (2007). *Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Bandung: Universitas Pendidikan Indonesia.
- Simon, R., & Y, S. (2007). *Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Bandung: Universitas Pendidikan Indonesia.
- Sucipto. (2000). *SepaBola*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.
- Suherman, A. (2013). *Penelitian Pendidikan*. Sumedang: ArjunaIndra.
- Sunarsono. (2010). *Futsal*. Semarang: CV. Aneka Ilmu.