

MENINGKATKAN GERAK DASAR *SHOOTING* KAKI BAGIAN LUAR SEPAK BOLA MELALUI MODIFIKASI PERMAINAN KERUCUT

Nizar Ramadhan (nizarramadhan53@yahoo.co.id)

Tatang Muhtar (tatangmuhtar@upi.edu)

Dinar Dinangsit(dinaridinangsitdd4@gmail.com)

Program Studi PGSD Penjas UPI Kampus Sumedang

ABSTRAK

Penelitian ini merupakan penelitian tindakan kelas yang mengajarkan gerak dasar *shooting* pada siswa kelas V di SDN Kawung Luwuk II Kecamatan Cisitubatu Kabupaten Sumedang. Pada pelaksanaannya, gerak dasar *shooting* kaki bagian luar tidak mudah untuk dipelajari oleh siswa. Hal tersebut yang melandasi peneliti untuk melaksanakan pembelajaran *shooting* sepak bola kaki bagian luar dengan berbantuan modifikasi permainan kerucut. Tujuan dilaksanakan penelitian ini untuk merencanakan, melaksanakan pembelajaran *shooting* kaki bagian luar pada permainan sepak bola, serta mengetahui aktivitas siswa dan hasil belajar siswa. Dalam pelaksanaannya, penelitian dilakukan selama tiga siklus

Kata Kunci: Sepak Bola, *Shooting* kaki bagian luar, Permainan Kerucut.

PENDAHULUAN

Pendidikan jasmani merupakan bagian penting dari proses pendidikan. Artinya, penjas bukan hanya dekorasi atau ornamen yang ditempel pada program sekolah sebagai alat untuk membuat anak sibuk. Tetapi penjas adalah bagian penting dari pendidikan. Melalui penjas yang diarahkan dengan baik, anak akan mengembangkan keterampilan yang berguna bagi pengisian waktu senggang, terlibat dalam aktifitas yang kondusif untuk mengembangkan hidup sehat, berkembang secara sosial dan menyumbang pada kesehatan fisik dan mental.

Pendidikan Jasmani adalah suatu proses pendidikan melalui berbagai macam gerak aktivitas jasmani, permainan atau olahraga bertujuan mencapai pendidikan (Hendryana, 2007, hal. 3). Meskipun penjas menawarkan kepada anak untuk bergembira, tidaklah tepat untuk mengatakan pendidikan jasmani di selenggarakan semata-mata agar anak bergembira dan bersenang-senang. Bila demikian seolah-olah pendidikan jasmani hanyalah sebagai mata pelajaran "selingan" tidak berbobot, dan mempunyai tujuan yang bersifat mendidik.

Salah satu tujuan pendidikan jasmani di sekolah selalu mencakup tiga aspek yaitu aspek kognitif, aspek afektif dan aspek psikomotor, dimana ketiga aspek tersebut saling berkaitan tidak dapat di pisahkan. Lutan (2001, hlm. 1) mengemukakan bahwa pendidikan jasmani adalah proses pendidikan melalui aktivitas jasmani untuk mencapai tujuan pendidikan jasmani itu sendiri. Selanjutnya Menurut Susilawati (2010: hlm 3) menyatakan bahwa pendidikan jasmani di artikan sebagai proses pendidikan melalui aktivitas jasmani atau olahraga inti pengertian nya adalah mendidik anak dari tidak bisa menjadi bisa, yang membedakannya dengan mata pelajaran lain adalah alat yang di gunakan yaitu gerak insani. Gerak itu di rancang secara sadar oleh guru nya dan di berikan dalam situasi yang tepat agar dapat merangsang pertumbuhan dan perkembangan anak didik.

Namun sangat di sayangkan proses pendidikan jasmani terutama di sekolah sekolah dasar masih jauh dari kesempurnaan, baik di perkotaan maupun di pedesaan. Permasalahan tersebut bisa di lihat dari segi manajemen, pengorganisasian, tenaga pendidik, sarana dan prasarana. Melalui pembelajaran pendidikan jasmani, siswa dapat melakukan berbagai kegiatan permainan dan olahraga tanpa mengesampingkan aspek kompetisi dan prestasi yang mungkin bisa diraih didalamnya. Hal tersebut tercantum dalam tujuan pendidikan jasmani berdasarkan Kurikulum.

pembelajaran pun dilakukan dengan alat yang seadanya dan memodifikasi alat pembelajaran. Guru Pendidikan Jasmani harus membawa siswa ke arah situasi yang menyenangkan, tidak monoton serta tidak membosankan dalam pembelajaran (Raharjo & Mulyanto, 2012, hal. 1). Tujuan pendidikan jasmani nahwa secara sederhana pendidikan siswa memberikan kesempatan pada peserta didik untuk (Rosdiani, 2012) : Mengembangkan suatu pengetahuan dan keterampilan berkaitn aktivitas, estetika, & sosial. Mengembangk an kepercayaan diri serta kemampuan menguasai keterampilan gerak dasar dan mendorong serta antipasiinya dalam aktivitas jasmani.

Sepak bola adalah permainan beregu yang di mainkan ma.sing-masing regunya te.rdiri dari sebelas pemain yang bermain dilapangan termasuk penjaga gawang (Sanjari, 2011, hal. 15). Sepak bola adalah permainan yang menantang fisik dan mental, kita harus meakukan gerakan yang maksimal di bawah kondisi permainan yang waktunya terbatas, fisik dan mental yang leah dan sambil menghadapi lawan, kita harus berlari beberapa mil dalam satu pertandingan, hampir menyamai kecepatan sprinter dan menanggapi berbagai perubahan situasi permainan dengan cepat dan kita harus memahami teknik permainan individu, kelompok dan beregu (Rohim, 2008, hal. 1-2). *Shooting* adalah suatu cara untuk menendang bola dengan kaki yang keras dengan tujuan menciptakan gol dalam permaianan sepak bola (Sunarsono, 2010, hal. 58). *Shooting* adalah menendang bola dengan keras menggunakan kaki bagian dalam, kaki bagian luar dan peunggung kaki untuk menciptakan sebuah gol (Suparno, 2008, hal. 3). Sedangkan menurut (Safari, Model-Model Pembelajaran Dalam Penjas, 2015, hal. 65) Pembelajaran kooperatif adalah salah satu strategipembelajaran yang berfungsi untuk menggali dan membagi-bagi ide pada siswa, strategi pembelajaran ini mendorong anak melakukan kegiatan dalam fungsi kerja sama dan sikap tanggung jawab kepada teman satu kelompoknya dan juga sikap tanggung jawab dengan dirinya. Jadi, Pendidikan Jasmni diartikan sebagai proses pendidikan melalui aktivitas jasmani atau olahraga. Inti pengertian nya adalah mendidik anak. Yang membedakan nya dengan mata pelajaran yang lain adalah alat yang di gunakan adalah gerak insani, manusia manusia yang gerak secara sadar oleh guru nya dan di berikan dalam situasi yang tepat agar dapat merangsang perumbuhan dan perkembangan anak

didik.pelajaran yang harus di rumuskan dan di rancang setiap hari. Guru harus membuat perencanaan dari mulai perumusan tujuan, pelaksanaan kegiatan, teknik motivasi dan cara mengevaluasi. Oleh karena itu pelajaran penjas tidak kalah penting dibandingkan dengan pelajaran lain.

Pendidikan jasmani berkaitan dengan peran penyesuaian beban fisik yang terjadi sebagai akibat partisipasi dalam kegiatan fisik tertentu yang dipilih, sesuai dengan perhatian, kemampuan dan kebutuhan individu. Pendidikan jasmani lebih cenderung menjadi aktivitas jasmani yang dilakukan di lingkungan lembaga pendidikan. Saat ini pada kenyataannya banyak siswa yang kurang berminat terhadap mata pelajaran pendidikan jasmani, mereka memiliki anggapan bahwa mata pelajaran ini sangat melelahkan dan tidak menarik. Tugas kita sebagai calon guru pendidikan jasmani harus lebih peka melihat kondisi siswa pada saat ini agar dapat mengemas pelajaran pendidikan jasmani ini lebih menarik bagi siswa dan siswa pun lebih berminat untuk melakukan tugas gerak yang kita perintahkan. Banyak metode atau cara yang dapat digunakan untuk membuat suasana belajar menjadi lebih aktif, kreatif, dan inovatif salah satunya adalah dengan cara memodifikasi salah satu aspek yang ada dalam aktivitas gerak yang akan diberikan kepada peserta didik.

Permainan sepak bola merupakan cabang yang sangat populer di dunia. Tidak hanya kaum pria yang sudah terbiasa memainkannya, tetapi kaum wanita pun sering terlibat di dalamnya. Sepak bola pada masa kini tidak hanya di jadikan hobi ataupun hiburan semata, tetapi telah menjadi pekerjaan bagi banyak orang yang bergelut di dunia sepak bola, baik sebagai pemain, pelatih, official team, ataupun penonton yang menikmati permainan sepak bola tersebut.

Subjek Penelitian

Subjek dalam penelitiann ini adalah siswa siswi kelas .V SDN, Kecamatan Cisu, Kabupaten Sumedang Tahun Pelajaran 2016/2017 yang berjumlah 23 siswa, terdiri 15 sisw laki laki dan 8 siswa perempuan.

METODE PENELITIAN

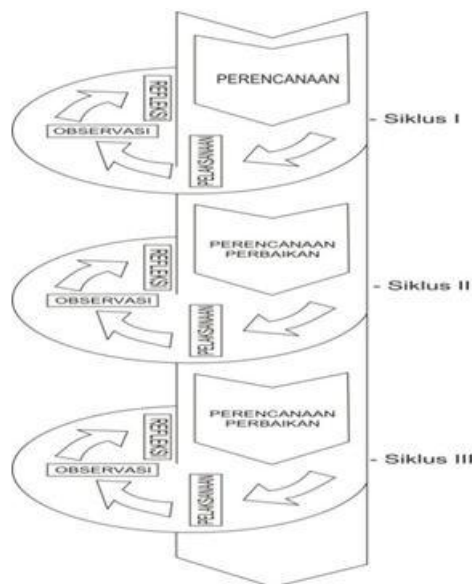
Metode yang akan di gunakan dalam penelitian ini adalah metode Penelitian Tindakan Kelas (PTK). Prosedur Penelitian yang dilaksanakan dalam Penelitian Tindakan Kelas ini berbentuk siklus yang di rencanakan akan dilakukan dalam tiga siklus . Setiap siklus terdiri dari satu kali pertemuan , dan pada akhir pertemuan di harapkan tercapainya tujuan ingin di capainya itu dan upaya peningkatan hasil belajar siswa tentang *shooting* permainan sepak bola.

Sedangkan menurut Suherman(Sartika, 2015, hal. 20)PTK merupakan bentuk penelitian bersifat reflektif meakukan tindakan atau perlakuan tertentu supaya bisa meningkatkan praktek pembelajaran baik di kelas maupun diluar kelas.

DESAIN PENELITIAN

Untuk memperbaiki dan meningkatkan mutu pembelajaran kemampuan siswa dalam melakukan gerak dasar *shooting* penelitian tindakan kelas dengan mode penelitian yang mengacu pada spirall refleksi yang di kembangkan oleh Kemmis dan Mc Taggart.Model siklus yang di lakukan secara berulang dan berkelanjutan.Semakin lama di harapkan semakin meningkat perubahan dalam pencapaian hasil.Dalam pelaksanaannya, proses pengkajian berdaur meliputi empat tahap kegiatan, yaitu perencanaan, pelaksanaan tindakan, observasi dan refleksi.

Untuk lebih detailnya berikut ini dikemukakan Penelitian Tindak Kelas (PTK) model Kemmis dan Mc Taggart yang dikemukakan secara sistematis, seperti nampak pada bagan berikut ini:



Gambar 1. Alur Pelaksanaan Tahapan Siklus PTK Model Kemmis dan Mc. Taggart

Instrumen Penelitian

Untuk memperoleh informasi yang objektif dalam pengumpulan data di perlukan adanya instrumen ataupun alat pengumpul data yang tepat. Dengan menggunakan alat pengumpul data penelitian yang tepat, permasalahan yang sebelumnya dirumuskan akan dapat dipecahkan dan terekam dengan baik. Adapun instrumen yang di gunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut.

1. IPKG 1

IPKG 1 ini di gunakan sebagai alat ukur dan mengetahui kemampuan merencanakan pembelajaran di lakukan guru khususnya dalam pembelajaran modifikasi permainan kerucut untuk meningkatkan gerak dasar *shooting* pada permainan sepak bola pada siswa kelas V S.DN Kawung Luwuk II Kecamatan Cisu Ka.bupaten Sumdang.

2. IPKG2

IPKG 2 ini di gunakan untuk alat ukur untuk mengetahui kemampuan merencanakan pembelajaran di lakukan guru khususnya dalam pembelajaran modifikasi sasaran gawang untuk memperbaiki kemampuan gerak dasar *shooting* pada siswa kelas V SDN Kawung Luwuk II Kecamatan Cisu Kabupaten Sumedang.

3. Lembar Aktivitas Siswa

Hal ini terkait dengan nilai disiplin, kerja sama dan semangat siswa saat pembelajaran.

4. Lembar Hasil Tes

Tes adalah alat untuk memperoleh informasi, bisa seperangkat butir atau pertanyaan-pertanyaan yang bisa di buat untuk di berikan kepada siswa dengan syarat-syarat tertentu (Susilawati, 2015, hal. 10).

Lokasi Penelitian

Lokasi pelaksanaan penelitiann di SDN Kawung Luwuk II, Kecamatan Cisu, Kabupaten Sumedang. Adapun pemilihan lokasi penelitian didasarkan pada pertimbangan-pertimbangan tertentu. Diantaranya karena lokasi sekolah yang jauh dari hiruk pikuk perkotaan, sehingga peneliti menganggap pembelajaran menggunakan permainan kerucut akan mendapat respon positif dari siswa.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Setelah pelaksanaan tindakan siklus I, siklus II dan siklus III melalui gerak dasar *Shooting* kaki bagian luar sepak bola melalui permainan kerucut dapat meningkatkan perencanaan, pelaksanaan, aktivitas siswa dan hasil belajar siswa dalam pembelajaran gerak dasar *shooting* kaki bagian luar pada pembelajaran sepak bola. Berikut disajikan dengan diagram peningkatan hasil penelitian mulai dari perencanaan, pelaksanaan, kinerja guru dan hasil belajar siswa mulai dari data awal, siklus I, siklus II dan siklus III.

Pada kegiatan penelitian ini dimulai dengan mencari data awal yaitu sejauh mana kemampuan siswa dalam melakukan shooting kaki bagian luar. dari data awal yang diperoleh peneliti dengan memberikan tes awal, peneliti mendapat gambaran sementara bahwa siswa kelas V SDN Kawung Luwuk II banyak yang belum

mampu melakukan *shooting* kaki bagian luar. Berdasarkan temuan-temuan pada data awal yang ditetapkan, maka dilakukan penelitian tindakan kelas yang dilaksanakan oleh peneliti untuk mengatasi masalah pembelajaran dengan menggunakan modifikasi sasaran gawang. Secara umum berdasarkan hasil penelitian tindakan kelas yang dilaksanakan oleh peneliti untuk mengatasi masalah pembelajaran dengan menggunakan modifikasi permainan kerucut. hal ini dapat dilihat dari persentase peningkatan pada setiap siklus untuk aktivitas siswa dan hasil belajar

1. Diagram Perencanaan Pembelajaran

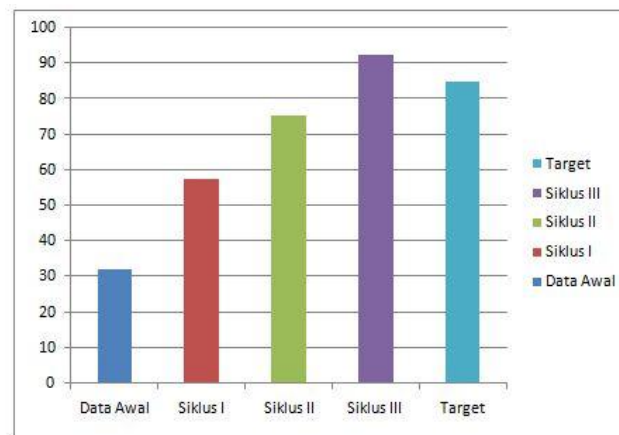


Diagram 1. Perbandingan Perencanaan Pembelajaran Pada Data Awal, Siklus I, Siklus II dan Siklus III. Diagram I pada saat data awal perencanaan pembelajaran hanya mencapai 32,25%, pada siklus I meningkat menjadi 57,5%, siklus II menjadi 75,25% dan siklus III menjadi 92,57%. Setiap siklus perencanaan selalu diperbaiki, agar hasilnya meningkat dan maksimal. Dengan demikian pada siklus III ini target tercapai yaitu 85%.

2. Diagram Pelaksanaan Kinerja Guru

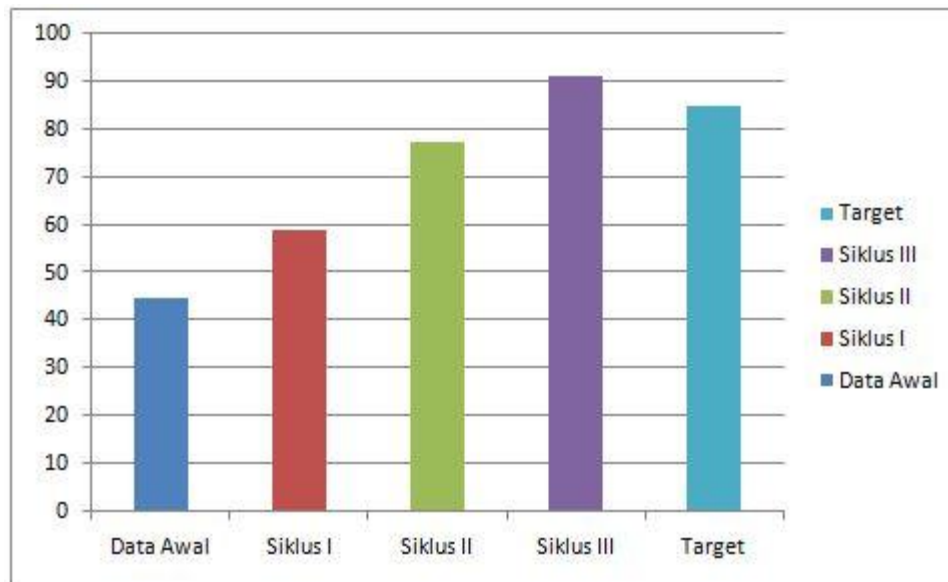


Diagram 2.Perbandingan Hasil Pelaksanaan Kinerja Guru Pada Data Awal , Siklus I, Siiklus II dan Siklus III

Diagram I, pada data awal pelaksanaan kinerja guru mencapai 44,58%, siklus I meningkat menjadi 59,16%, siklus II menjadi 77,5% dan siklus III menjadi 91,25%. Ini pun dapat dikatakan maksimal dan telah memenuhi target yang ditentukan yaitu 85%.

3. Diagram Aktivitas Siswa

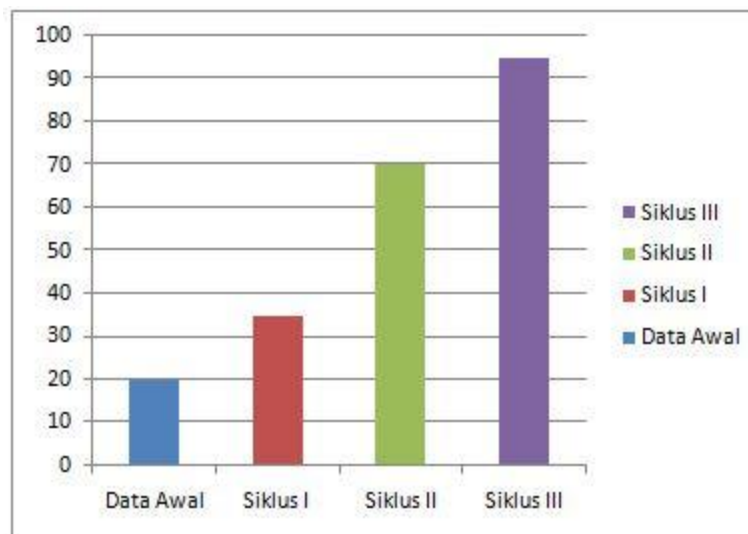


Diagram 3. Perbandingan Hasil Aktivitas Siswa Pada Data Awal , Siklus I, Siklus II dan Siklus III
Diagram 3, pada data awal aktivitas siswa dengan kriteria baik hanya 20%, kriteria cukup 70% dan kriteria kurang 10%.

Pada siklus I kriteria baik 35%, kriteria cukup mencapai 60% dan kriteria kurang mencapai 5%. Pada siklus II kriteria baik mencapai 70% dan kriteria cukup mencapai 30%. Pada siklus III kriteria baik mencapai 95% dan kriteria cukup mencapai 5%. Dapat dilihat pada setiap siklus selalu meningkat aktivitas siswanya

4. Diagram Hasil Belajar Siswa

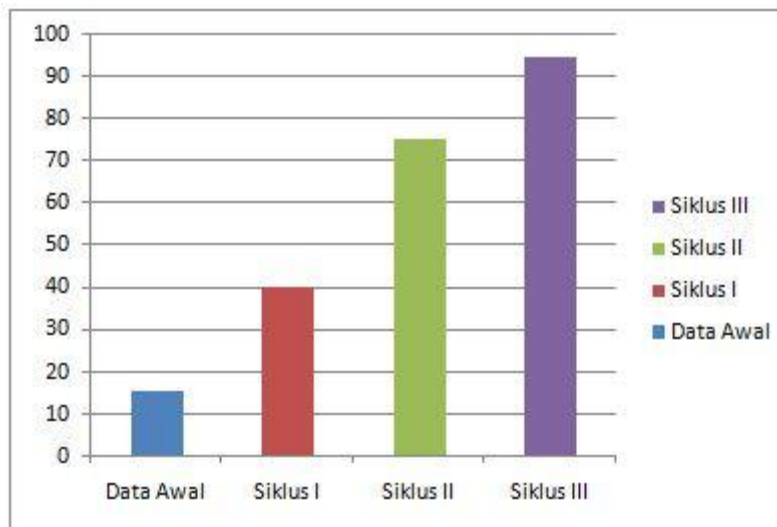


Diagram 4. Perbandingan Hasil Belajar Siswa Pada Data Awal, Siklus I, Siklus II dan Siklus III.

Berdasarkan diagram 4, tes hasil belajar *shooting* kaki bagian dalam pada pembelajaran *Shooting* sepak bola terus meningkat dari data awal sampai siklus III yang memenuhi KKM. Pada data awal siswa yang tuntas hanya 15% dan siswa yang belum tuntas mencapai 85%. Pada siklus I siswa yang tuntas 40% dan siswa yang belum tuntas 60%. Pada siklus II siswa yang tuntas 75% dan siswa yang belum tuntas 25%. Pada siklus III siswa yang tuntas mencapai 95% dan siswa yang belum tuntas 5%.

Berdasarkan hasil penilaian yang telah dilakukan mulai dari perencanaan pembelajaran, pelaksanaan pembelajaran, aktivitas siswa dan hasil belajar siswa selalu meningkat dan mencapai target yang telah ditentukan. Jadi, gerak dasar *Shooting* kaki bagian luar dapat meningkatkan hasil dan proses pembelajaran.

KESIMPULAN

Pembelajaran meningkatkan gerak dasar *shooting* kaki bagian luar sepak bola melalui permainan modifikasi kerucut di Kelas V SDN Kawung Luwuk II, Kecamatan Cicitu, Kabupaten Sumedang. Pada prosesnya meliputi perencanaan pembelajaran, pelaksanaan kinerja guru, aktivitas siswa dan hasil belajar.

Pembelajaran gerak dasar *shooting* kaki bagian luarsepak bola modifikasi permainan kerucut merupakan pengembangan alat dan media pembelajaran yang bisa memperbaiki hasil belajar peserta didik dalam melakukan gerak dasar *shooting* kaki bagian luar.

Dengan memperhatikan hasil penelitian tindakan kelas yang telah dilaksanakan di kelas V SDN Kawung Luwuk, Kecamatan Cisu, Kabupaten Sumedang ada beberapa hal yang dapat disarankan sebagai implikasi dari hasil penelitian ini, adalah sebagai berikut.

Diharapkan dengan pembelajaran meningkatkan gerak dasar *shooting* kaki bagian luarsepak bola melalui permainan modifikasi kerucut dapat meningkatkan motivasi belajar siswa. Siswa harus mempunyai minat dan semangat dalam melakukan kegiatan pembelajaran. Guru harus memiliki kemampuan dan keterampilan mengelola siswa di lapangan dan menciptakan pembelajaran yang aktif, kreatif, efektif dan menyenangkan dengan menerapkan alat dan media pembelajaran dalam pembelajaran gerak dasar *shooting* kaki bagian luar. Penerapan modifikasi menggunakan media kerucut baik untuk guru Penjas dalam meningkatkan pembelajaran gerak dasar *shooting* kaki bagian luar. Untuk menunjang pelaksanaan pembelajaran Pendidikan Jasmani, maka pihak sekolah diharapkan berupaya untuk memberikan kontribusi yang maksimal agar pembelajaran berlangsung sesuai dengan kurikulum. Hal tersebut dapat dilakukan dengan sarana dan prasarana penunjang pembelajaran baik untuk guru maupun siswa. Penelitian Tindakan Kelas ini sebagai masukan dan bahan acuan dalam rangka perbaikan proses pembelajaran untuk menghasilkan tenaga pendidik yang memiliki kompetensi tinggi, khususnya bagi program Pendidikan Jasmani. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bandingan sekaligus landasan penelitian lanjut yang berhubungan dengan menerapkan alat dan media pembelajaran. Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai referensi penelitian lain yang akan melakukan penelitian khususnya dengan menerapkan alat dan media dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani.

DAFTAR PUSTAKA

Pusat Pembinaan dan Pengembangan Bahasa. (1995). *Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI)*. Jakarta: Balai Pustaka.

Sutrisno. (2009). *Mempersiapkan Pemain Sepak Bola Berprestasi (1)*. Jakarta: PT Musi Perkasa Utama.

Syarifuddin Aip, *Pengetahuan Olahraga*, (1991). Jakarta: CV Baru

Tim Bina Kerja Guru. (2004). *Pendidikan Jasmani untuk Sekolah Dasar Kelas 5*. Jakarta: Erlangga.

Seputar Pendidikan (2017). Sepak Bola menurut ahli. [Online]. Diakses dari

:<http://www.seputarpendidikan.com/2017/01/8-pengertian-sepakbola-menurut-para-ahli.html>

- Susilawati, Dewi.(2010).*Pendidikan Jasmani dan Olahraga Adaptif*.Sumedang.
- Hendayana, Yudi. (2007). *Pendidikan Jasmani dan Olahraga Adaptif*. Bandung
- Suherman, A. (2013). *Penelitian Pendidikan*. Bandung : CV. ArjunaIndra.
- Susilawati, D (2015). *Tes dan Pengukuran Pendidikan Jasmani*. Universitas Pendidikan Indonesia Kampus Sumedang.
- Hendryana, Y. (2007). *Pendidikan Jasmani dan Olahraga Adaptif*. Bandung: UPI.
- Lutan, R. (2001). *Pendidikan Jasmani*. Jaarta: Direktorat Jendral Olahraga, Depdiknas.
- Raharjo, S., & Mulyanto, R. (2012). Pembelajaran Pukulanbackhand Dalam Permainan Tenismeja Melaluimedia Dinding. *Mimbar Pendidikan Dasar* , 1.
- Rohim, A. (2008). *Bermain Sepakbola*. Semarang: CV. Aneka Ilmu.
- Rosdiani, D. (2012). *Model pembelajaran langsung dalam pendidikan jasmani dan kesehatan*. Bandung: Alfabeta.
- Suherman, A. (2013). *Penelitian pendidikan*. Bandung: CV. ArjunaIndra.
- Suparno. (2008). *Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Bandung.