

UPAYA MENINGKATKAN TEKNIK DASAR BERMAIN SEPAK BOLA DENGAN METODE MODIFIKASI PERATURAN PERMAINAN PADA SISWA KELAS VI MADRASAH IBTIDAYAH AL MA'ARIF 03 TANJUNG PAOH

Hendra Mulyadi¹, M. Rif'at², Wakidi³

¹Mahasiswa Lulusan Program Studi Penjaskesrek Tahun 2012

²Dosen Universitas Tanjungpura Pontianak

³Dosen STKIP Melawi

Abstract: *The purpose of this research is to improve the basic technique of playing foot ball among the students of grade VI Madrasah 03 Al-Ma'arif Tanjung Paoh. The form of the research was the action research by using the modification of game rules. The subject of this research was the 21 students from grade VI Madrasah Ibtidiyah 03 Al Ma'arif Tanjung Paoh. The research found that the implementation of game rule modification method was able to improve the basic technic of playing football among the grade VI MIS AL Ma'arif 03 Tanjung Paoh Kecamatan Pinoh Utara Kabupaten Melawi.*

Key Words: *Basic Technique in Playing Football, Game Rule Modification Method.*

Abstrak: Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan teknik dasar bermain sepak bola pada siswa kelas VI Madrasah 03 Al-Ma'arif Tanjung Paoh. Bentuk penelitian ini adalah penelitian tindakan kelas dengan menggunakan metode modifikasi peraturan permainan. Subjek dalam penelitian ini adalah siswa kelas VI Madrasah Ibtidaiyah 03 Al Ma'arif Tanjung Paoh yang berjumlah 21 siswa. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penerapan metode modifikasi peraturan permainan dapat meningkatkan kemampuan teknik dasar sepak bola pada siswa kelas VI semester genap MIS Al Ma'arif 03 Tanjung Paoh Kecamatan Pinoh Utara Kabupaten Melawi.

Kata Kunci: Teknik Dasar Bermain Sepak Bola, Metode Modifikasi Peraturan Permainan.

Kegiatan pembelajaran pendidikan jasmani di Madrasah Ibtidaiyah terutama di kelas VI, yang merupakan kelas tinggi dan kelas yang paling akhir, memiliki karakteristik yang berbeda dengan kelas lainnya. Dalam pembelajaran pendidikan jasmani siswa menginginkan pembelajaran yang instan tanpa ingin tahu tentang peraturan dan teknik dasar permainan, khususnya dalam permainan sepak bola, kondisi ini bisa membuat proses kegiatan belajar mengajar tidak efektif, sehingga materi yang disampaikan belum bisa diserap oleh sebagian siswa.

Oleh karena itu, secara umum untuk mempermudah tujuan pembelajaran harus diterapkan pengenalan teknik dasar yang disesuaikan dengan aspek yang ada dalam kurikulum. Selain itu, harus juga dipertimbangkan faktor usia, perkembangan

fisik, dan jenjang pendidikan yang sedang dijalani oleh mereka.

Diterapkannya pengenalan teknik dasar dalam pembelajaran pendidikan jasmani khususnya dalam permainan sepak bola pada siswa kelas VI Madrasah Ibtidaiyah Al Ma'arif 03 Tanjung Paoh adalah karena siswa kelas VI merupakan siswa yang sudah mengenal pemahaman dengan baik serta dinilai cukup mampu berkerja sama dengan siswa lainnya.

Pengenalan teknik dasar sangatlah penting dalam pembelajaran pendidikan jasmani untuk memudahkan proses belajar mengajar agar materi dapat disampaikan secara utuh, dan untuk meningkatkan minat serta prestasi belajar siswa.

Sepak bola adalah permainan beregu yang dimainkan oleh dua regu, masing-masing regu terdiri dari sebelas orang pemain termasuk penjaga gawang

(Suharsono, 1982 : 79). Hampir seluruh permainan dimainkan dengan keterampilan kaki, badan, dan kepala untuk memainkan bola. Namun demikian, agar dapat bermain sepak bola yang baik perlu bimbingan dan tuntunan tentang teknik dasar dan keterampilan bermain sepak bola. Sepak bola merupakan cabang olahraga yang sangat populer di dunia dan olahraga ini sangat mudah dipahami. Pada tanggal 21 Mei 1904 berdirilah federasi sepak bola dunia yang disingkat FIFA (*Federation Internasional The Football Association*). Di Indonesia, organisasi yang menaungi sepak bola adalah PSSI (Persatuan Sepak Bola Seluruh Indonesia). PSSI berdiri pada tanggal 19 April 1930. Permainan sepak bola dipimpin oleh seorang wasit dan dibantu dua hakim penjaga garis. Lama permainan sepak bola adalah 2 x 45 menit dengan istirahat 15 menit, lapangan permainan empat persegi panjang, panjangnya tidak boleh lebih dari 120 meter dan tidak boleh kurang dari 90 meter, sedang lebarnya tidak boleh lebih dari 90 meter dan tidak boleh kurang dari 45 meter (dalam pertandingan internasional panjangnya lapangan tidak boleh lebih dari 110 meter dan tidak boleh kurang dari 100 meter, sedang lebarnya tidak boleh lebih dari 75 meter dan tidak boleh kurang dari 64 meter). Seluruh pemain boleh memainkan bola dengan seluruh anggota badannya kecuali tangan. Penjaga gawang boleh memainkan bola dengan tangan, tetapi hanya di daerah gawangnya sendiri. Setiap regu berusaha untuk memasukkan bola sebanyak-banyaknya ke gawang lawan dan berusaha untuk mencegah lawan untuk memasukkan bola ke gawangnya. Permainan sepak bola merupakan salah satu cabang olahraga yang digemari masyarakat Indonesia dan banyak dimainkan oleh seluruh lapisan masyarakat, baik itu anak-anak, remaja, dan orang tua. Selain itu olah raga sepak bola juga banyak dimainkan oleh kaum perempuan baik di luar negeri maupun dalam negeri. Untuk meningkatkan keterampilan pemain perlu adanya organisasi sebagai tempat pembinaan. Organisasi tersebut biasa disebut dengan klub, dalam klub sepak bola tersebut perlu adanya manajemen organisasi untuk kelangsungan organisasi sepak bola tersebut. Dalam organisasi sepak bola tersebut juga mencakup pembinaan bagi para pemain. Pembinaan para pemain sepak bola

dimulai dari masing-masing klub, kemudian klub daerah dan yang terakhir klub tingkat nasional.

Dalam rangka meningkatkan prestasi sepak bola yang optimal, suatu tim sepak bola harus memiliki pemain-pemain yang memiliki kualitas tinggi. Yaitu seorang pemain yang memiliki kondisi fisik dan kemampuan dasar yang baik, dimana seorang pemain memahami dan menguasai teknik-teknik dasar permainan sepak bola. Kondisi fisik dan keterampilan gerak dasar itu dapat dimiliki serta dikuasai pemain secara maksimal melalui latihan-latihan yang diprogram dan direncanakan dengan baik serta didukung dengan pertandingan-pertandingan yang terencana. Dalam memberikan latihan fisik dan keterampilan gerak dasar agar dapat lebih mudah dipahami dan dikuasai oleh pemain, maka pemberian latihan ini harus diberikan sejak usia dini. Dalam latihan tidak boleh meninggalkan prinsip-prinsip latihan yang meliputi penambahan beban, pengulangan, meningkat, disesuaikan dengan cabang olahraganya dan memiliki target (Brook, 1987:43)

METODE PENELITIAN

Rancangan penelitian yang dimaksud adalah PTK (Penelitian Tindakan Kelas). Dalam rancangan ini perlu diperhatikan bahwa penelitian ini menggunakan dua siklus yang menjadi rangkaian dalam kegiatan pembelajaran yang dilakukan dalam penelitian. Penggunaan siklus-siklus tersebut dimaksudkan untuk memantau dan mengetahui setiap perkembangan yang terjadi dalam pembelajaran.

Pengamatan dilakukan pada siswa kelas VI MIS Al Ma'arif 03 Tanjung Paoh pada saat melakukan kegiatan pembelajaran penjaskes dengan materi bermain sepak bola untuk meningkatkan keterampilan teknik dasar. Kemudian dianalisis masalah yang timbul pada siswa kelas VI MIS Al Ma'arif 03 Tanjung Paoh pada saat melakukan kegiatan pembelajaran penjaskes dengan materi bermain sepak bola untuk meningkatkan keterampilan teknik dasar sehingga dapat diketahui hal apa yang menjadi masalah siswa dalam meningkatkan keterampilan teknik dasar bermain sepak bola. Rencana penelitian disusun untuk mengatasi masalah yang dihadapi siswa pada saat

melakukan keterampilan teknik dasar bermain sepak bola dengan proses penelitian tindakan kelas dan menggunakan metode modifikasi peraturan permainan. Penelitian dilakukan pada saat siswa melakukan keterampilan teknik dasar dalam bermain sepak bola menggunakan proses penelitian tindakan kelas supaya siswa dapat meningkatkan keterampilan teknik dasar bermain sepak bola dengan diterapkannya metode modifikasi peraturan permainan.

Penilaian dilakukan terhadap siswa pada saat melakukan berbagai keterampilan teknik dasar dalam bermain sepak bola menggunakan instrumen penilaian sehingga dapat diketahui hasil belajar siswa yang telah dicapai dari pelaksanaan pembelajaran dan tingkat keberhasilannya dalam penelitian ini hanya aspek psikomotorik saja yang dijadikan bahan penilaian. Penarikan kesimpulan dilakukan untuk mengetahui hasil akhir dari kegiatan pembelajaran yang dilaksanakan. Perencanaan pembelajaran guru menyiapkan rencana pelaksanaan pembelajaran dalam pembelajaran penjasokesrek.

Guru berkoordinasi dengan teman sejawat dalam pelaksanaan pembelajaran yang akan dilaksanakan. Guru menyiapkan alat atau perangkat pembelajaran yang dibutuhkan dalam proses pembelajaran. Siswa akan dibagi dalam beberapa kelompok sesuai kemampuan.

Dengan cara pembagian kelompok dengan melihat kemampuan yang dimiliki oleh siswa. Hal ini bertujuan untuk meningkatkan prestasi belajar sehingga dalam proses pembelajaran akan timbul suatu kompetisi antara kedua kelompok tersebut untuk tercapainya ketuntasan dalam pembelajaran.

1. Pelaksanaan Tindakan

a. Pendahuluan (10 menit)

- 1) Membuka pelajaran, memberi salam pembuka dan mengabsensi siswa.
- 2) Memberikan apersepsi kepada siswa yang berorientasi kepada materi pembelajaran.

b. Kegiatan inti (50 menit)

- 1) Membagi kelompok siswa menjadi dua kelompok atau dua formasi.
- 2) Siswa menempatkan diri pada formasi kelompoknya masing-masing.

- 3) Siswa bersama guru menetapkan siapa yang berperan sebagai kelompok A dan siapa yang berperan sebagai kelompok B.

- 4) Siswa diberikan bermain dan guru melakukan penilaian dari hasil kerja keras, kerja sama, percaya diri serta kejujuran mereka.

c. Penutup (10 menit)

- 1) Siswa bersama guru menyimpulkan serta mengevaluasi tentang materi yang telah disampaikan.
- 2) Siswa bersama guru mengakhiri materi yang telah dibahas.

d. Observasi

Observasi dilakukan oleh penulis. Hal-hal yang diamati adalah keseluruhan pelaksanaan proses mengajar yang berkenaan dengan penelitian yaitu:

- 1) Siswa melakukan teknik dasar menendang bola dengan modifikasi peraturan.
- 2) Siswa melakukan teknik dasar mengontrol bola dengan modifikasi peraturan.
- 3) Siswa melakukan teknik dasar menggiring bola dengan modifikasi peraturan.
- 4) Siswa melakukan teknik dasar menyundul bola dengan modifikasi peraturan.

Dari hasil pengamatan yang diperoleh, dilakukan refleksi terhadap hasil temuan maupun masalah-masalah yang dirasakan selama tindakan. Pada tahap ini guru telah menemukan permasalahan-permasalahan tersebut. Selanjutnya dari permasalahan yang muncul tersebut dapat dijadikan gambaran untuk merancang rencana lanjutan yang dijadikan bahan acuan untuk menyusun tindakan pada siklus berikutnya.

Tabel 1. Instrumen Penelitian

No	Teknik Dasar	Aspek yang Dinilai	Skor
1	Menendang bola	1. Posisi kaki tumpu	1
		2. Posisi kaki tendang	1
		3. Perkenaan bola dengan kaki	1
		4. Gerak lanjut	1
2	Mengontrol bola	1. Posisi kaki tumpu	1
		2. Posisi kaki kontrol	1
		3. Perkenaan bola dengan kaki	1
		4. Gerak bola	1
3	Mengiring bola	1. Posisi kaki tumpu	1
		2. Posisi kaki pada saat mengiring	1
		3. Perkenaan kaki dengan bola	1
		4. Sikap badan	1
4	Menyundul bola	1. Posisi kaki tumpu	1
		2. Sikap badan	1
		3. Perkenaan bola dengan kepala	1
		4. Gerak lanjut	1

Sumber: Joseph A. Luxbacher. 2004. *Soccer Steps To Success*

Teknik pengumpulan data pada penelitian ini sebagai berikut:

a. Observasi langsung

Dalam penelitian ini observasi langsung dilakukan terhadap guru dan siswa kelas VI MIS Al Ma'arif 03 Tanjung Paoh yang berupa melaksanakan proses pembelajaran pada waktu dan tempat yang telah ditentukan dan materi permainan sepak bola dan teknik dasar yang ingin ditingkatkan dengan metode modifikasi peraturan permainan.

b. Lembar hasil ketuntasan belajar siswa

Dalam lembaran tersebut dapat diketahui hasil belajar siswa yang telah dicapai dari pelaksanaan pembelajaran, dalam lembaran ini terdapat data yang berupa hasil dari kegiatan lapangan yang berupa berbagai teknik dasar dalam bermain sepak bola di antaranya ialah:

- 1) Teknik dasar menendang bola
- 2) Teknik dasar mengontrol bola
- 3) Teknik dasar menggiring bola
- 4) Teknik dasar menyundul bola

Analisis data yang dilakukan dengan yang dikemukakan oleh Miles dan Huberman (1996:139), yaitu kegiatan analisis terdiri dari tiga alur kegiatan secara bersama yaitu: reduksi data, sajian data, dan penyimpulan atau verifikasi.

Dari kesimpulan di atas dapat diketahui alur analisis data yang akan dilakukan pada penelitian ini, adapun pemaparannya secara rinci adalah sebagai berikut:

- 1) Setelah tindakan kelas dilaksanakan, data selanjutnya disajikan dalam bentuk tabulasi-tabulasi hasil penilaian yang meliputi penilaian unjuk kerja, unjuk sikap, serta pemahaman dalam melakukan setiap gerakan.
- 2) Selanjutnya data disimpulkan dan diverifikasi untuk diseleksi data-data yang akan digunakan dalam pembahasan penelitian.
- 3) Pada kegiatan pengumpulan data, penyajian data, penyimpulan, dan verifikasi data dilakukan juga reduksi data untuk mengetahui dan menilai data tersebut sesuai dengan pelaksanaan pembelajaran yang telah dilaksanakan.
- 4) Setelah data diverifikasi maka dilakukan penarikan simpulan sebagai akhir dan hasil kegiatan penelitian.

Adapun analisis yang dilakukan dan hasil yang akan dicapai dari hasil penelitian ini adalah sebagai berikut:

- 1) Data tentang proses-proses tentang pembelajaran dikumpulkan melalui observasi, perekaman, dan catatan di lapangan. Alat-alat yang digunakan adalah lembar pengamatan.
- 2) Data yang dikumpulkan yang juga berperan sebagai peneliti adalah data kualitatif. Oleh sebab itu, data akan dianalisis secara kualitatif deskriptif.
- 3) Tingkat keberhasilan dapat dilihat dari hasil belajar yakni apabila mencapai 70-100% siswa dapat melakukan teknik dasar, maka ditafsirkan hasil belajar siswa pada kelas tersebut tercapai.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

1. Sebelum diterapkan metode modifikasi peraturan permainan

Berdasarkan pengamatan awal guru sebagai peneliti menyimpulkan, bahwa kemampuan teknik dasar menendang, mengontrol, menggiring, dan menyundul bola dalam bermain sepak bola siswa sangatlah rendah sehingga potensi dan kemampuan individual siswa tidak terasah. Hal ini menyebabkan pembelajaran teknik dasar bermain sepak bola siswa belum tercapai pada tingkat keberhasilan.

Rendahnya teknik dasar bermain sepak bola siswa terlihat dari kondisi-kondisi sebagai berikut:

- a. Siswa mengalami kesulitan dalam melakukan/mempraktikkan berbagai macam teknik dasar dalam bermain sepak bola.
 - b. Kurangnya pemahaman siswa dalam membedakan berbagai teknik dasar dalam bermain sepak bola.
 - c. Siswa tidak bisa menjelaskan berbagai macam teknik dasar dalam bermain sepak bola.
2. Sesudah diterapkan metode modifikasi peraturan permainan

Penerapan metode modifikasi peraturan permainan merupakan salah satu solusi dalam mengatasi rendahnya tingkat kemampuan siswa dalam melakukan teknik dasar bermain sepak bola sebagaimana diuraikan di atas. Tindakan ini diterapkan selama dua siklus terhadap siswa kelas VI Madrasah Ibtidaiyah Al Ma'arif 03 Tanjung Paoh Kecamatan Pinoh Utara, dan ternyata penelitian tentang kemampuan teknik dasar bermain sepak bola siswa menunjukkan peningkatan yang signifikan.

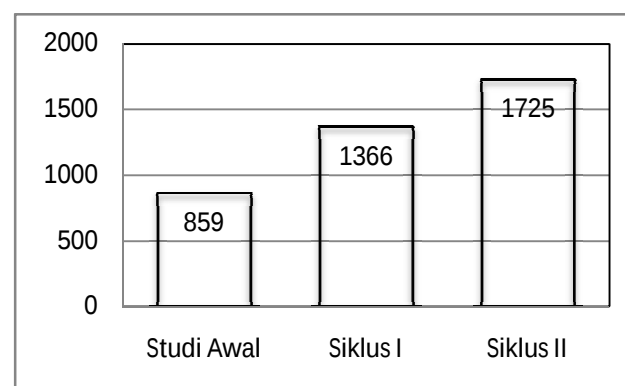
Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilaksanakan, tingkat kemampuan siswa dalam melakukan teknik dasar bermain sepak bola pada studi awal, tindakan siklus I dan tindakan siklus II dapat dipersentasekan melalui tabel di bawah ini:

Tabel 2. Jumlah Total Kemampuan Teknik Dasar Studi Awal, Siklus I, dan II

NO	Tindakan	Jumlah
1	Studi Awal	859
2	Siklus I	1366
3	Siklus II	1725

Data tersebut di atas menunjukkan bahwa terjadi peningkatan kemampuan teknik dasar bermain sepak bola siswa yang didahului dengan studi awal jumlah persen sebesar 859%, tindakan siklus I 1366% dan pada siklus II sebesar 1725%. Peningkatan kemampuan teknik dasar bermain sepak bola siswa kelas VI Madrasah Ibtidaiyah Al Ma'arif 03 Tanjung Paoh Kecamatan Pinoh Utara dari studi awal, siklus I, dan siklus II dalam penelitian ini, dapat lebih jelas terlihat pada grafik berikut ini:

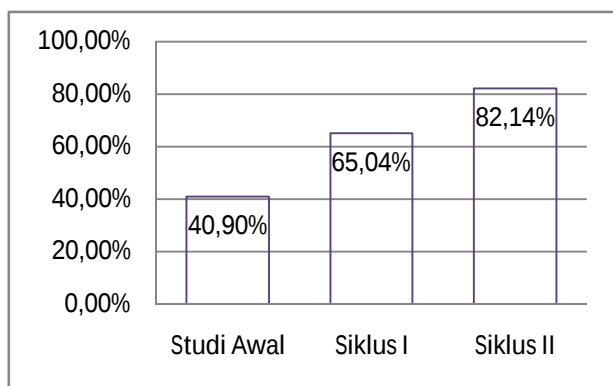


Gambar 1. Diagram Jumlah Nilai Pada Studi Awal, Siklus I, dan II

Tabel 3. Rerata Nilai Pada Studi Awal, Siklus I, dan II

NO	Tindakan	Rerata
1	Studi Awal	40.90%
2	Siklus I	65.04%
3	Siklus II	82.14%

Data tersebut di atas menunjukkan bahwa terjadi peningkatan kemampuan teknik dasar bermain sepak bola, nilai rerata pada studi awal menunjukkan 40.90%, tindakan siklus I 65.04% dan pada siklus II sebesar 82.04%. Peningkatan nilai rerata kemampuan teknik dasar bermain sepak bola untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada grafik di bawah ini:



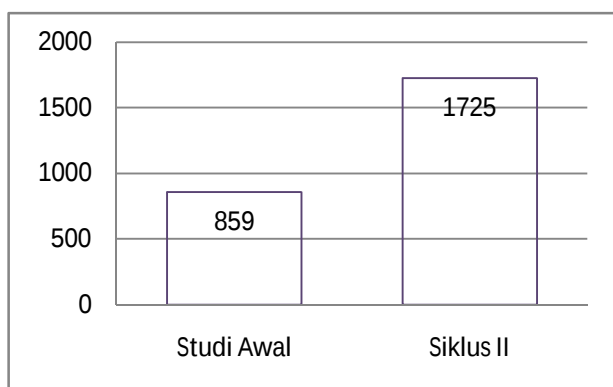
Gambar 2. Diagram Rerata Nilai Pada Studi Awal, Siklus I, dan II

Perbandingan tingkat ketercapaian jumlah nilai persentase dan nilai rerata kemampuan siswa melakukan teknik dasar bermain sepak bola dalam mengikuti kegiatan pembelajaran penjaskes di kelas VI Madrasah Ibtidaiyah Al Ma'arif 03 Tanjung Paoh Kecamatan Pinoh Utara dari nilai studi awal ke tindakan siklus II terlihat pada tabel dan grafik sebagai berikut:

Tabel 4. Perbandingan Jumlah Nilai Rerata Pada Studi Awal dan Siklus II

NO	Tindakan	Jumlah
1	Studi Awal	859
2	Siklus II	1725

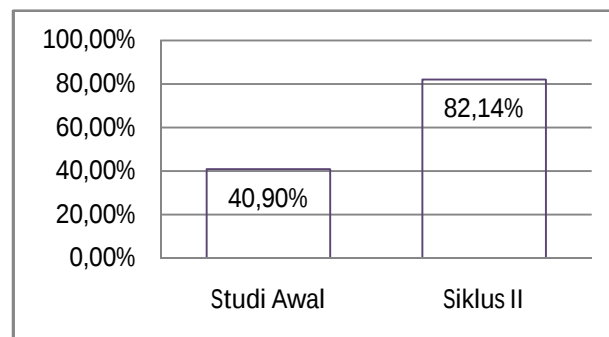
Data tersebut di atas menunjukkan bahwa perbandingan jumlah nilai dari studi awal ke tindakan siklus II sebesar 866%.



Gambar 3. Diagram Perbandingan Jumlah Nilai Pada Studi Awal dan Siklus II

Tabel 5. Perbandingan Rerata Nilai Pada Studi Awal dan Siklus II

NO	Tindakan	Rerata
1	Studi Awal	40.90%
2	Siklus II	82.14%



Gambar 4. Perbandingan Rerata Nilai Pada Studi Awal dan Siklus II

Data tersebut di atas menunjukkan bahwa perbandingan nilai rerata dari studi awal ke tindakan siklus II sebesar 41.24%. Demikian dapat disimpulkan bahwa penerapan metode modifikasi permainan dalam upaya meningkatkan kemampuan teknik dasar bermain sepak bola dalam kegiatan pembelajaran penjaskes pada siswa kelas VI Madrasah Ibtidaiyah Al Ma'arif 03 Tanjung Paoh Kecamatan Pinoh Utara Kabupaten Melawi dikatakan berhasil.

SIMPULAN

Berdasarkan analisis terhadap data hasil penelitian tindakan kelas ini, dapat disimpulkan bahwa penerapan metode modifikasi peraturan permainan dapat meningkatkan kemampuan teknik dasar sepak bola pada siswa kelas VI semester genap MIS Al Ma'arif 03 Tanjung Paoh Kecamatan Pinoh Utara Kabupaten Melawi. Peningkatan kemampuan melakukan teknik dasar sepak bola siswa dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan ini terlihat dari hasil penelitian pada studi awal, siklus pertama dan kedua terdapat peningkatan pada siswa dalam melakukan teknik dasar sepak bola dengan metode modifikasi peraturan permainan meningkat sebesar 24.14% dari studi awal ke siklus I 17.10% dari siklus 1 ke siklus II, dan dari studi awal ke siklus II meningkat sebesar 41.24%.

DAFTAR PUSTAKA

- Brook, N. 1987. *Cabang Olahraga dan Target*. Jakarta: Depdiknas
- Luxbacer, J. 2004. *Soccer Steps To Success*, Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Miles dan Hubermen. 1996. *Analisis Data*. Jakarta: Depdiknas.
- Mirman, T. 2004. *Pendidikan Jasmani Kesehatan*. Jakarta: Universitas Terbuka, Depdiknas.
- Rochiati, W. 2005. *Metode Penelitian Tindakan Kelas*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Sugianto dan Sujarwo. 1993, *Keterampilan Gerak Dasar*. Jakarta: Depdiknas.
- Sugianto. 1993. *Keterampilan Gerak*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Arikunto, S. 2006. *Penelitian Tindakan Kelas*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Suharsono. 1982. *Hakekat Permainan Sepak Bola*. Surakarta: Universitas Terbuka.
- Suharsono. 1982. *Permainan Sepak Bola*, Surakarta: Universitas Terbuka