

UPAYA MENINGKATKAN KEMAMPUAN *SHOOTING* PERMAINAN SEPAK BOLA MENGGUNAKAN METODE MODIFIKASI PERMAINAN PADA SISWA KELAS VIII SMP NEGERI 05 SAYAN TAHUN PELAJARAN 2011/2012

Edi Rustendi¹, M. Rif'at Hamdy², Ari Fauzi Hakim³

¹Mahasiswa Lulusan Program Studi Penjaskesrek Tahun 2013

²Dosen Universitas Tanjungpura Pontianak

³Dosen STKIP Melawi

Abstract: *The purpose of this research is to find out the improvement of student ability in doing the Shooting by using the modification method in the football game. This research was done over grade VIII Public Junior High School in Sayan Year 2011/2012, where in the class action research process, it involved 18 students. The research analysis concluded that the student ability in doing shooting increased for about 60.83% in the first cycle, and 82.5% in the second cycle. The average score in the cycle 1 was 12.16 and 16.5 in cycle 2. It is shown that the modification method has a great influence over the learning process of shooting movement for the student, where in addition the final shooting also increased.*

Key Words: *The Ability of Doing Shooting in Football Game, Game Modification Method*

Abstrak: Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui peningkatan siswa dalam keterampilan *Shooting* permainan sepak bola menggunakan metode modifikasi permainan pada siswa kelas VIII SMP Negeri 05 Sayan tahun pelajaran 2011/2012. Penelitian ini menggunakan metode Penelitian Tindakan Kelas (PTK). Populasi yang digunakan yaitu siswa kelas VIII SMP Negeri 05 Sayan Kecamatan Sayan Tahun Pelajaran 2011/2012 yang berjumlah 18 (Delapan Belas) orang. Hasil analisis yang dilakukan dapat disimpulkan bahwa kemampuan siswa dalam *Shooting* pada permainan sepak bola meningkat hal itu terlihat dari Peningkatan Kemampuan Siswa (PAS) pada setiap siklus I = 60,83% dan Siklus 2 = 82,5% dengan nilai rata-rata persiklus adalah Siklus 1 = 12,16 dan siklus 2 = 16,5. metode modifikasi tersebut sangat berpengaruh terhadap pola gerak tendangan *Shooting* pada siswa dalam proses pembelajaran. Maka dari itu tendangan pinalti mempunyai peningkatan bagi siswa dalam melakukan *Shooting*.

Kata Kunci : Kemampuan *Shooting* Sepak Bola, Metode Modifikasi Permainan.

Berdasarkan kurikulum KTSP, mata pelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan bertujuan agar siswa memahami konsep dan teknik dasar yang memiliki keterampilan proses, mempunyai minat mempelajari cabang olahraga, bersikap ilmiah, mampu menerapkan konsep teknik dasar cabang olahraga.

Tujuan melakukan *Shooting* adalah mengarahkan bola pada sasaran yang bertujuan untuk mencetak poin/angkat dengan diakhiri gol. Mengarahkan bola ke area sasaran gawang dengan keras dan kecepatan yang tinggi, sehingga penjagawa

wangan tidak mampu menahan atau mengendalikannya, dan diharapkan bola tersebut akan akan masuk ke gawang. Maka untuk memaksimalkan hasil dari *Shooting* tersebut, seorang pemain yang melakukan *Shooting* tentunya harus mampu mengatur arah dan kecepatan bola, sehingga tim lawan akan kesulitan untuk menerima, menahan, maupun mengendalikan *Shooting* tersebut.

Sebagai titik awal dalam melaksanakan kegiatan-kegiatan penyelidikan atau percobaan. Kegiatan-kegiatan ini dilakukan untuk menemukan dan menanamkan pemahaman konsep-konsep baru

dan mengaplikasikannya untuk memecahkan masalah yang ditemukan oleh siswa SMP dalam kehidupan sehari-hari. Hal ini penting untuk dilaksanakan karena dengan melibatkan siswa dan siswi, dalam hal ini adalah anak-anak SMP secara aktif sejak dini kedalam kegiatan olahraga sepak bola.

Secara umum perumusan dalam penelitian ini dirumuskan sebagai berikut: “Meningkatkan Kemampuan *Shooting* Permainan Sepak Bola Menggunakan Metode Modifikasi Permainan Pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 05 Sayan Tahun Pelajaran 2011/2012”. Dan secara khususnya dapat di bagi lagi menjadi submasalah dalam penelitian diantaranya : 1) Bagaimanakah kemampuan *Shooting* atas Sepak bola melalui modifikasi permainan pada. 2) Apakah terdapat peningkatan kemampuan *Shooting* menggunakan Metode modifikasi permainan.

Peneliti memberikan kriteria ketuntasan minimal (KKM) yang telah disetujui oleh dewan guru dan kepala sekolah bahwa untuk memenuhi KKM siswa dalam mata pelajaran olahraga 60 (enam puluh) yaitu dengan mengetahui setiap sarana dan prasaran yang ada di lingkungan sekolah tidak memenuhi standar dan fasilitas yang lainnya tidak sesuai yang diinginkan oleh sekolah.

Sekolah memberikan KKM kepada mata pelajaran yang di ampunya sesuai dengan kemampuan dan kemampuan siswanya di lingkungan sekolah, oleh karenan pihak sekolah memberikan KKM dengan nilai 60 pada mata pelajaran olahraga.

Pengertian *Shooting* adalah gerakan dimana posisi tubuh normal rileks dengan sebelah kaki berada di depan kaki yang lain, pada saat akan dikenakan pada bola segerakan tangan dibuka lebar dan juga lengan yang satunya berada dibelakang dalam keadaan terjulur. Lutut kaki sedikit ditekuk kedua lengan merupakan yang selalu lurus keadaannya. Pada saat bola mengarah sebelum perkenaan tangan dan bola terlebih dahulu merubah sikap badan yaitu berjongkok sedikit dari posisi semula.

Saat perkenaan bola tepat dengan meluruskan kaki sedikit condong ke depan, kemudian dilanjutkan dengan gerakan lengan ke depan terus berhenti, setelah kaki sejajar, perkenaan bola kaki dibagian

proximal (RoeSMPiyanto, 1991-1992:18). Untuk dapat melakukan tendangan jauh dan tepat pada sasaran dalam sepak bola dengan hasil yang maksimal, di samping membutuhkan kekuatan juga memerlukan penguasaan teknik menendang yang baik. Untuk dapat menghasilkan tendangan jauh yang baik, lebih tepat apabila menggunakan punggung kaki bagian dalam, karena akan menghasilkan lintasan bola yang melambung dan jauh. Teknik-teknik tendangan dengan kura-kura/punggung kaki bagian dalam adalah (Aristia, 2007:20-24).

Shooting dalam permainan sepak bola dilakukan pada saat permainan dan menembak pada saat memasukan bola ke arah gawang. Bola yang ditendang harus tepat pada arah sasaran. Dewasa ini, *Shooting* dapat dimanfaatkan sebagai awal serangan terhadap lawan. *Shooting* dilakukan dengan baik apabila Pertama simpan bola dengan tangan dipermukaan tanah/rumput, mundur beberapa langkah, salah satu kaki tumpu berada di belakang dan satu kaki ayun untuk menendang bola, kemudian tendang sesuai dengan arah sasaran yang diinginkan.

Pemecahan masalah yang digunakan dalam Penelitian Tindakan Kelas (PTK) ini adalah dengan memperbaiki secara berkelanjutan dengan melakukan berbagai tahapan siklus. Adapun penelitian dimulai dengan Prasiklus, Siklus I dan Siklus II. Proses pembelajaran pendidikan jasmani dalam pembahasan sepak bola dengan materi *Shooting* dengan bantuan gawang. Siklus yang dimaksud yaitu adanya proses refleksi setiap tahap pelaksanaan pembelajaran pada setiap siklus I (siklus I yang diperbaiki jika terdapat kelemahan dan seterusnya). Untuk memberikan kejelasan tentang maksud dari penelitian ini dan berdasar pada rumusan serta cara pemecahan masalah yang akan dilakukan, maka secara umum tujuan dari penelitian ini adalah untuk memperbaiki proses pembelajaran pendidikan jasmani khususnya pembelajaran pada permainan sepak bola. Perbaikan proses pembelajaran tersebut ditandai dengan ketuntasan minimal pemahaman siswa tentang melakukan teknik dasar *Shooting* dalam permainan sepak bola dengan baik dan benar serta dengan melakukan menembak pada sasaran gawang.

METODE PENELITIAN

Rancangan peneliti yang dimaksud adalah PTK (Penelitian Tindakan Kelas). Dalam rancangan penelitian ini perlu diperhatikan bahwa penelitian ini akan menggunakan beberapa siklus yang menjadi rangkaian dari kegiatan pembelajaran yang akan dilakukan dalam penelitian. Penggunaan siklus-siklus tersebut untuk memantau/melihat suatu perkembangan siswa yang terjadi dalam proses pembelajaran berlangsung. Subjeknya adalah Siswa kelas VIII SMP Negeri 05 Sayan Kecamatan Sayan Kabupaten Melawi dengan jumlah siswa 18 orang.

Sedangkan yang menjadi objek dalam penelitian ini adalah *Shooting* dalam permainan sepak bola dengan menembak ke arah gawang. Sehingga dengan menggunakan gawang maka seluruh siswa berantusias untuk konsentrasi menembak tepat pada sasaran yang telah disediakan. Pada penelitian ini peneliti menggunakan penelitian menggunakan model Kemmis dan Taggart yang didalamnya terdiri dari beberapa tahapan yaitu : perencanaan, pelaksanaan dan observasi, refleksi. Kajian data yang digunakan adalah kuantitatif.

Teknik pengumpulan data yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah melalui pengamatan melakukan teknik dasar *Shooting* sepak bola pada permainan sepak bola dengan melakukan pengamatan teknik gerak dasar. Data yang diperoleh kemudian akan dianalisis secara deskriptif yang disajikan dalam bentuk tabel dan diagram. Untuk mengetahui adanya perbaikan proses, serta meningkatkan kemampuan belajar siswa dalam melakukan *Shooting*. Setelah melakukan pengambilan data kemudian akan diolah untuk mengambil nilai rata-rata dan presentase.

Hasil analisis mendapatkan suatu nilai keaktifan dan peningkatan dalam pengolahan data pada setiap siklus terhadap siswa/sampel. Untuk mengetahui adanya perbaikan proses, serta meningkat atau tidaknya peningkatan kemampuan belajar siswa pada pelaksanaan siklus pertama belum mengalami suatu perubahan yang signifikan, maka akan dilakukan siklus berikutnya untuk lebih mengetahui dimana letak kekurangan siswa dalam melakukan teknik dasar *Shooting* yang baik. Hal ini akan membantu peneliti

untuk mengambil tindakan selanjutnya yang dianggap dapat membantu memperbaiki proses pembelajaran meningkatkan kemampuan *Shooting* dan hasil pembelajaran menggunakan memantulkan ke dinding.

Pada tahap ini peneliti akan menyampaikan perangkat pembelajaran dan rubrik penilaian skor. Berupa pelaksanaan pembelajaran (RPP), Instrumen tes, yang akan digunakan dalam proses pembelajaran berlangsung. Dalam tahap ini guru dan peneliti menetapkan masalah-masalah yang akan dirasakan perlu untuk segera dilakukan tindakan perbaikan melalui penelitian tindakan kelas yang akan dilaksanakan dalam rangka pencapaian tujuan pembelajaran sepak bola secara optimal di sekolah.

Peneliti dan observer melakukan pengamatan terhadap jalannya proses pembelajaran yang berlangsung. Hal-hal ini yang diamati dalam proses pembelajaran tersebut adalah:

Aktivitas guru saat mengajar sesuai dengan perencanaan yang telah dibuat. Kemampuan siswa yang saat pembelajaran sepak bola. Respon siswa dalam setiap komunikasi yang berlangsung antara guru dan siswa

HASIL DAN PEMBAHASAN

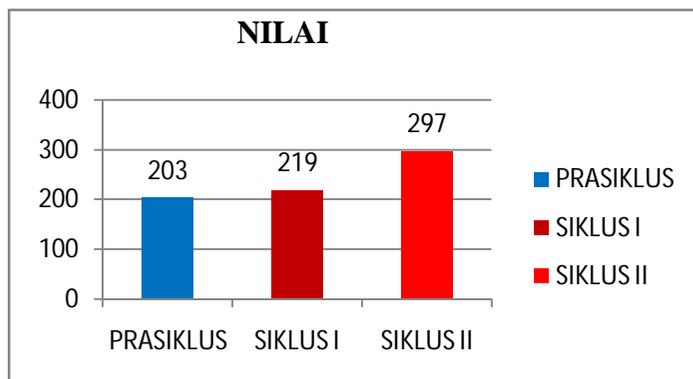
Desain yang digunakan dalam penelitian ini terdiri atas 2 siklus berulang yang meliputi Siklus I dan Siklus II. Setiap siklus dalam penelitian ini meliputi beberapa tahapan, diantaranya : 1) Perencanaan, 2) Pelaksanaan, 3) Refleksi. Berdasarkan tindakan yang telah dilakukan pada setiap siklus, maka dapat diketahui persentase proses dan hasil belajar yang di dapat dari kegiatan pembelajaran pada siklus I dan Siklus II. Hasil yang telah diperoleh tersebut akan dipaparkan seperti di bawah ini:

Tabel 1. Data Hasil Pengamatan Siklus I dan II

No	Kegiatan	Hasil	Rata-rata
1	Siklus I	219	12,16
2	Siklus II	297	16,50

Data tersebut diatas menunjukkan bahwa terjadi peningkatan 4,33% dari siklus II 16,50 ke siklus I, 12,17%. jadi jumlah keseluruhan aktivitas permainan perindividu dalam permainan sepak bola

pada siswa adalah : 32,63 dibagi 2, Dengan demikian terjadi rata-rata peningkatan partisipasi siswa dalam pembelajaran sebesar 16,31%.



Data tersebut diatas, menunjukkan bahwa kondisi siswa pada tingkat keaktifan siswa telah memenuhi kriteria yang telah ditetapkan. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa penerapan metode permainan *Shooting* dalam upaya meningkatkan *Shooting* siswa pada mata pelajaran pendidikan jasmani kesehatan, dan rekreasi pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 05 Sayan Kecamatan Sayan dikatakan berhasil.

Data tersebut diatas, menunjukkan bahwa kondisi siswa pada tingkat keaktifan siswa telah memenuhi kriteria yang telah ditetapkan. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa penerapan metode permainan *Shooting* dalam upaya meningkatkan *Shooting* siswa pada mata pelajaran pendidikan jasmani kesehatan, dan rekreasi pada kelas V SMP Negeri 05 Sayan dikatakan berhasil..

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penghitungan dan analisis data yang di peroleh dari hasil tes *Shooting* penulis dapat mengambil kesimpulan sebagai berikut : Pada *Shooting* sangat cocok untuk meningkatkan apabila diberikan suatu metode permainan serta tendangan pinalti dapat meningkatkan kemampuan *Shooting* pada siswa SMP Negeri 05 Sayan. Peneliti mendapatkan hasil rata-rata dan persentase pada

setiap siklus. Adapun data yang diperoleh pada setiap siklus I dengan nilai rata-rata 12,16 dan nilai persentasenya adalah 60,83% dengan ketuntasan yang diperoleh pada siklus I = 67,59 (siswa tidak masuk KKM) dan dilanjutkan pada Siklus II. Pada *Shooting* sangat cocok untuk meningkatkan apabila diberikan suatu metode permainan serta tendangan pinalti dapat meningkatkan kemampuan *Shooting* pada siswa SMP Negeri 05 Sayan. Peneliti mendapatkan hasil rata-rata dan persentase pada siklus II. Adapun data yang diperoleh pada setiap siklus II dengan nilai rata-rata 16,50 dan nilai persentasenya adalah 82,50% dengan ketuntasan yang diperoleh pada siklus II = 91,70% (Siswa memenuhi KKM 100%).

Berdasarkan hal penelitian yang diperoleh, penulis memberikan saran-saran sebagai berikut : Dalam penelitian ini Penulis masih susah dalam memperoleh sarana prasarannya yang kurang memadai, misalnya alat angkat beban yang tidak sesuai standar, serta alat hitung kekuatan otot yang belum ada dan ketepatan melakukan *Shooting*. Penelitian yang dilakukan penulis sangat terbatas dan meliputi ruang lingkup yang sempit, serta variabel sangat terbatas, maka di anjurkan kepada semua pihak yang berkepentingan dengan keolahragaan untuk melakukan penelitian yang lain dengan teknik, ruang lingkup yang luas.

Semoga hasil penelitian ini memberikan kontribusi yang berharga bagi upaya peningkatan prestasi khususnya cabang olah raga sepak bola.

DAFTAR PUSTAKA

- Aristia. 2007. *Bimbingan Teknik dan Taktik Sepakbola*. Jakarta: PT Mutiara Sumber Widya.
- Joko Purwanto. 2004. *Permainan Sepak Bola*. Salatiga: Tiga Serangkai
- Kartono. 1996. *Metodologi Penelitian*. Bandung: Pioner Jaya.