

**PENGARUH PENDEKATAN PEMBELAJARAN DAN  
KEMAMPUAN GERAK TERHADAP HASIL BELAJAR  
KETERAMPILAN MENGGIRING BOLA  
PADA PERMAINAN SEPAKBOLA**

(Eksperimen Pengaruh Pendekatan Pembelajaran Bermain Dan Latihan  
Terhadap Hasil Belajar Keterampilan Menggiring Bola Pada Permainan  
Sepakbola Pada Siswa Putra Kelas VI Sekolah Dasar Negeri 1 Ampenan  
Kota Mataram)

**TESIS**

**Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Mencapai Derajat Megister  
Program Studi Ilmu Keolahragaan**



Diajukan oleh :

**AHMAD FAUZI**

NIM: A.120209101

**PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN  
PROGRAM PASCASARJANA  
UNIVERSITAS SEBELAS MARET  
SURAKARTA**

**2010**

## PERSETUJUAN

### **PENGARUH PENDEKATAN PEMBELAJARAN DAN KEMAMPUAN GERAK TERHADAP HASIL BELAJAR KETERAMPILAN MENGGIKIR BOLA PADA PERMAINAN SEPAKBOLA**

[perpustakaan.uns.ac.id](http://perpustakaan.uns.ac.id)

[digilib.uns.ac.id](http://digilib.uns.ac.id)

(Eksperimen Pengaruh Pendekatan Pembelajaran Bermain Dan Latihan Terhadap  
Hasil Belajar Keterampilan Menggiikir Bola Pada Permainan Sepakbola Pada Siswa  
Putra Kelas VI Sekolah Dasar Negeri 1 Ampenan Kota Mataram)

Disusun Oleh :

**AHMAD FAUZI**  
NIM: A.120209101

Telah disetujui oleh Tim Pembimbing

Pada tanggal : Pebruari 2010

Pembimbing I

Pembimbing II

Prof. Dr. H. Sudjarwo, M.Pd.  
NIP. 19390715 196203 1 001

Dr. dr. Muchsin Doewes, M.ARS.  
NIP. 19480531 197603 1 001

Mengetahui :  
Ketua Program Studi Ilmu Keolahragaan

Prof. Dr. H. Sudjarwo, M.Pd.  
NIP. 19390715 196203 1 001

**PENGARUH PENDEKATAN PEMBELAJARAN DAN KEMAMPUAN  
GERAK TERHADAP HASIL BELAJAR KETERAMPILAN MENGGIRING  
BOLA PADA PERMAINAN SEPAKBOLA**

(Eksperimen Pengaruh Pendekatan Pembelajaran Bermain Dan Latihan Terhadap  
Hasil Belajar Keterampilan Menggiring Bola Pada Permainan Sepakbola Pada Siswa  
Putra Kelas VI Sekolah Dasar Negeri 1 Ampenan Kota Mataram)

Disusun Oleh :  
**AHMAD FAUZI**  
A.120209101

Telah disetujui dan disyahkan oleh Tim Penguji  
Pada tanggal :     Maret 2010

Jabatan	Nama	Tanda Tangan
Ketua	: Prof. Dr. H. M. Furqon H, M.Pd.	.....
Sekretaris	: Prof. Dr. Siswandari, M. Stat	.....
Anggota Penguji	: 1. Prof. Dr. H. Sudjarwo, M.Pd. 2. Dr. dr. H. Muchsin Doewes, M.ARS.	..... .....
Direktur PPs UNS		Surakarta,    Maret 2010 Mengetahui, Ketua Program Studi Ilmu Keolahragaan

Prof. Drs. Suranto, M.Sc., Ph.D.  
NIP. 19570820 198503 1 004

Prof. Dr. H. Sudjarwo, M.Pd.  
NIP. 19390715 196203 1 001

## PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya :

Nama : Ahmad Fauzi

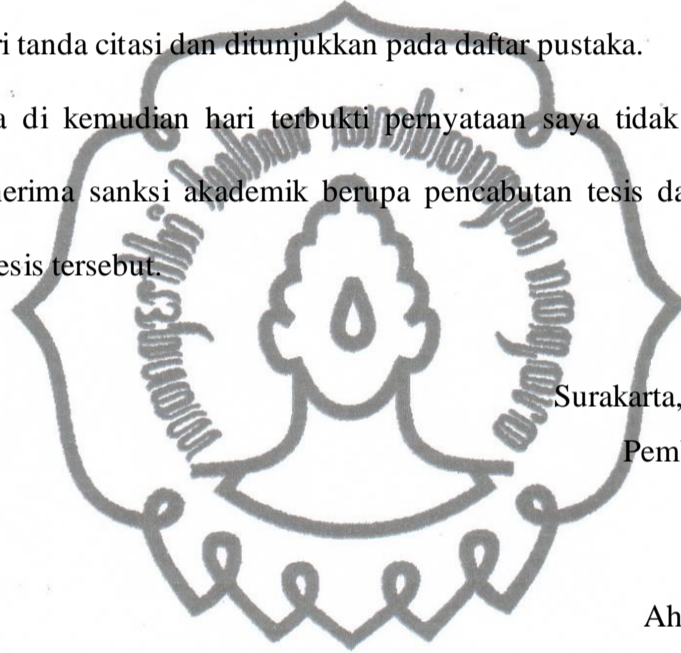
NIM : A120209101

digilib.uns.ac.id

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa tesis berjudul :

PENGARUH PENDEKATAN PEMBELAJARAN DAN KEMAMPUAN GERAK  
TERHADAP HASIL BELAJAR KETERAMPILAN MENGGIRING BOLA PADA  
PERMAINAN SEPAKBOLA (Eksperimen Pengaruh Pendekatan Pembelajaran  
Bermain Dan Latihan Terhadap Hasil Belajar Keterampilan Menggiring Bola Pada  
Permainan Sepakbola Pada Siswa Putra Kelas VI Sekolah Dasar Negeri 1 Ampenan  
Kota Mataram), adalah betul-betul karya saya sendiri. Hal-hal yang bukan karya saya  
tersebut diberi tanda citasi dan ditunjukkan pada daftar pustaka.

Apabila di kemudian hari terbukti pernyataan saya tidak benar, maka saya  
bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan tesis dan gelar yang saya  
peroleh dari tesis tersebut.



Surakarta, 14 Pebruari 2010

Pembuat Pernyataan

Ahmad Fauzi

## MOTTO

Tidak ada simpanan yang lebih berguna daripada ilmu, tidak ada sesuatu yang lebih  
perpustakaan.uns.ac.id digilib.uns.ac.id  
terhormat daripada adab dan tidak ada kawan yang lebih bagus daripada akal.

(Al Imam Al Mawardi)



## PERSEMBAHAN

[perpustakaan.uns.ac.id](http://perpustakaan.uns.ac.id)

[digilib.uns.ac.id](http://digilib.uns.ac.id)



Karya ini dipersembahkan

Kepada :

Bapak dan Ibu Tercinta,  
Isteri dan Anakku Tersayang,  
Saudara-saudaraku Tersayang,  
Almamaterku Tercinta,

## KATA PENGANTAR

Puji syukur kepada Allah SWT. atas hidayah dan rahmat-Nya, sehingga penyusunan tesis ini dapat diselesaikan. Penyelesaian tesis mengalami berbagai kesulitan dan hambatan, namun berkat bantuan dari berbagai pihak, maka berbagai kesulitan dan hambatan yang timbul tersebut dapat diatasi. Dalam kesempatan ini diucapkan terima kasih kepada yang terhormat :

1. Prof. Dr. dr. M. Syamsulhadi, Sp. KJ (K). selaku Rektor Universitas Sebelas Maret Surakarta yang telah memberikan ijin penelitian.
2. Prof. Drs. Suranto, M.Sc., Ph.D. selaku Direktur Program Pascasarjana Universitas Sebelas Maret Surakarta atas pemberian pengarahan dan bantuannya
3. Prof. Dr. H. Sudjarwo, M.Pd. selaku Ketua Program Studi Ilmu Keolahragaan Program Pascasarjana Universitas Sebelas Maret Surakarta, sekaligus sebagai Dosen Pembimbing tesis yang telah memberikan pengarahan, saran dan koreksi dalam menyusun tesis.
4. Dr. dr. Muchsin Doewes, M.ARS. sebagai Dosen Pembimbing tesis yang telah memberikan pengarahan, saran dan koreksi dalam menyusun tesis.
5. Drs. H. Raah Timanuddin, M.Pd. selaku Kepala SD Negeri 1 Ampenan Kota Mataram yang telah memberikan ijin untuk mengadakan penelitian.
6. Siswa SD Negeri 1 Ampenan Kota Mataram atas kerelaan dan keikhlasannya menjadi sampel penelitian.
7. Teman-teman yang dengan suka rela telah membantu pelaksanaan penelitian.
8. Kepada semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu yang telah memberikan bantuan dalam menyelesaikan penulisan tesis ini.

Semoga Allah melimpahkan rahmat dan balasan-Nya kepada mereka dengan yang lebih baik. Amin.

Surakarta, Pebruari 2010  
A.F.

**DAFTAR ISI**

	Halaman
HALAMAN JUDUL ..... <a href="http://perpustakaan.uns.ac.id">perpustakaan.uns.ac.id</a>	i
HALAMAN PERSETUJUAN ..... <a href="http://digilib.uns.ac.id">digilib.uns.ac.id</a>	ii
HALAMAN PENGESAHAN .....	iii
HALAMAN PERNYATAAN.....	iv
MOTTO.....	v
PERSEMBAHAN .....	v
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL .....	xi
DAFTAR GAMBAR .....	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
ABSTRAK.....	xv
ABSTRACT.....	xvi
BAB I. PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Identifikasi Masalah .....	11
C. Pembatasan Masalah .....	11
D. Rumusan Masalah .....	12
E Tujuan Penelitian .....	12
F. Manfaat Penelitian .....	13

BAB II. LANDASAN TEORI DAN HIPOTESIS .....	14
A. Tinjauan Pustaka .....	14
1. Permainan Sepakbola .....	14
a. Teknik Dasar Bermain Sepakbola .....	17
b. Teknik Dasar Menggiring Bola .....	23
c. Pembelajaran Keterampilan Menggiring Bola.....	42
2. Pendekatan Pembelajaran .....	52
a. Pembelajaran Dengan Pendekatan Bermain ( <i>Game Approach</i> )	54
b. Pembelajaran Dengan Pendekatan Latihan ( <i>Practice Approach</i> )	62
3. Kemampuan Gerak ( <i>Motor Ability</i> ).....	67
B. Penelitian Yang Relevan .....	72
C. Kerangka Pemikiran .....	72
D. Hipotesis .....	78
BAB III. METODOLOGI PENELITIAN .....	79
A. Tempat dan Waktu Penelitian.....	79
B. Metode Penelitian .....	79
D. Variabel Penelitian .....	81
E. Definisi Operasional Variabel Penelitian .....	81
C. Populasi Dan Sampel Penelitian .....	82
F. Teknik Pengumpulan Data .....	83
G. Teknik Analisis Data.....	86
BAB IV. HASIL PENELITIAN.....	91
A. Deskripsi Data .....	91

B. Uji Reliabilitas .....	95
C. Pengujian Persyaratan Analisis.....	96
D. Pengujian Hipotesis.....	97
E. Pembahasan Hasil Penelitian .....	101
perpustakaan.uns.ac.id	digilib.uns.ac.id
BAB V. KESIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN .....	109
A. Kesimpulan .....	109
B. Implikasi.....	110
C. Saran.....	111
DAFTAR PUSTAKA .....	112
LAMPIRAN-LAMPIRAN .....	116



## DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Rancangan Penelitian Eksperimen Faktorial 2 X 2 .....	80
Tabel 2. Ringkasan Anava Untuk Uji Reliabilitas .....	85
Tabel 3. Ringkasan Anava Untuk Eksperimen Faktorial 2 x 2 .....	88
Tabel 4. Deskripsi Data Hasil Tes Keterampilan Menggiring Bola Pada Permainan Sepakbola Tiap Kelompok Berdasarkan Penggunaan Pendekatan Pembelajaran Dan Tingkat Kemampuan Gerak .....	91
Tabel 5. Nilai Peningkatan Keterampilan Menggiring Bola Pada Permainan Sepakbola Masing-Masing Sel (Kelompok Perlakuan)	93
Tabel 6. Range Kategori Reliabilitas .....	95
Tabel 7. Ringkasan Hasil Uji Reliabilitas Data .....	95
Tabel 8. Rangkuman Hasil Uji Normalitas Data.....	96
Tabel 9. Rangkuman Hasil Uji Homogenitas Data .....	97
Tabel 10. Ringkasan Nilai Rata-rata Keterampilan Menggiring Bola Pada Permainan Sepakbola Berdasarkan Pendekatan Pembelajaran Dan Tingkat Kemampuan Gerak .....	98
Tabel 11. Ringkasan Hasil Analisis Varians Untuk Penggunaan Pendekatan Pembelajaran (A <sub>1</sub> dan A <sub>2</sub> ).....	98
Tabel 12. Ringkasan Hasil Analisis Varians Untuk Tingkat Kemampuan Gerak (B <sub>1</sub> dan B <sub>2</sub> ) .....	98
Tabel 13. Ringkasan Hasil Analisis Varians Dua Faktor.....	99
Tabel 14. Ringkasan Hasil Uji Rentang Newman-Keuls Setelah Analisis Varians.....	99
Tabel 15. Pengaruh Sederhana, Pengaruh Utama, dan Interaksi Faktor, A dan B Terhadap Hasil Belajar Keterampilan Menggiring Bola..	105

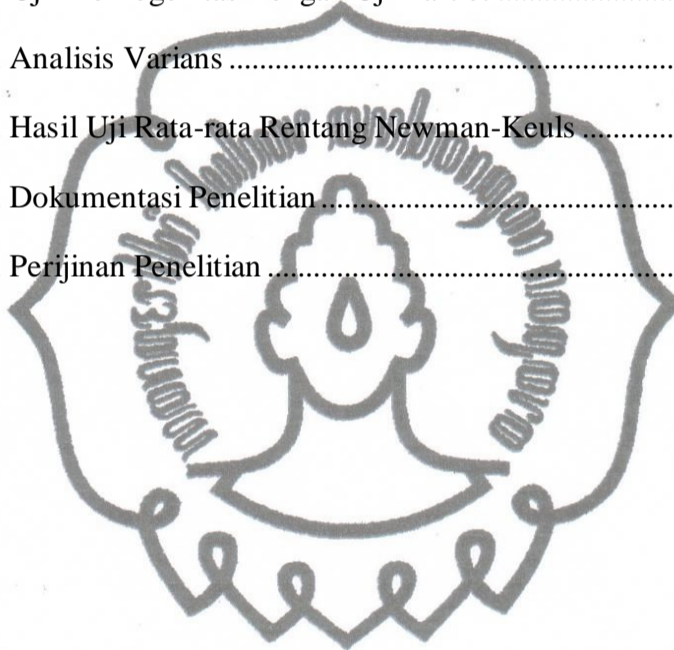
DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Faktor-Faktor Penentu Prestasi Atlet.....	16
Gambar 2. Menggiring Bola dengan Kura-kura Kaki Bagian Dalam.....	32
Gambar 3. Menggiring Bola dengan Kura-kura Kaki Penuh .....	34
Gambar 4. Menggiring Bola dengan Kura-kura Kaki Bagian Luar .....	36
Gambar 5. Histogram Nilai Rata-Rata Hasil Tes Awal Dan Tes Akhir Keterampilan Menggiring Bola Pada Permainan Sepakbola Tiap Kelompok Berdasarkan Penggunaan Pendekatan Pembelajaran Dan Tingkat Kemampuan Gerak .....	92
Gambar 6. Histogram Nilai Rata-Rata Peningkatan Keterampilan Menggiring Bola Pada Permainan Sepakbola Pada Tiap Kelompok Perlakuan .....	93
Gambar 7. Bentuk Interaksi Perubahan Besarnya Peningkatan Keterampilan Menggiring Bola Pada Permainan Sepakbola.....	106

**DAFTAR LAMPIRAN**

	Halaman
Lampiran 1. Jadwal Kegiatan Penelitian.....	116
Lampiran 2. Program Pembelajaran Menggiring Bola Dengan Pendekatan Bermain .....	117
Lampiran 3. Program Pembelajaran Menggiring Bola Dengan Pendekatan Latihan.....	118
Lampiran 4. Petunjuk Pelaksanaan Tes .....	119
Lampiran 5. Pembelajaran Dengan Pendekatan Bermain.....	125
Lampiran 6. Pembelajaran Dengan Pendekatan Latihan .....	133
Lampiran 7. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran dengan Pendekatan Bermain .....	141
Lampiran 8. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran dengan Pendekatan Latihan .....	148
Lampiran 9. Hasil Tes Kemampuan Gerak .....	156
Lampiran 10. Data Tes Awal dan Tes Akhir Menggiring Bola .....	168
Lampiran 11. Rekapitulasi T-Score Hasil Tes Kemampuan Gerak .....	170
Lampiran 12. Uji Reliabilitas Dengan Anava.....	172
Lampiran 13. Rekapitulasi Data Kemampuan Gerak Beserta Klasifikasinya .....	193
Lampiran 14. Rekapitulasi Data Hasil Tes Awal Dan Tes Akhir Keterampilan Menggiring Bola Pada Permainan Sepakbola Klasifikasi Kemampuan Gerak Beserta Pembagian Sampel Ke Sel-sel Secara Acak. ....	195

Lampiran 15. Rekapitulasi Data Tes Awal Dan Tes Akhir Keterampilan Menggiring Bola Pada Permainan Sepakbola Kelompok 1 (Kelompok Pendekatan Pembelajaran Bermain).....	196
Lampiran 16. Rekapitulasi Data Tes Awal Dan Tes Akhir Keterampilan Menggiring Bola Pada Permainan Sepakbola Kelompok 1 (Kelompok Pendekatan Pembelajaran Latihan) .....	197
Lampiran 17. Tabel Kerja Untuk Menghitung Nilai Homogenitas dan Analisis Varians .....	198
Lampiran 18. Hasil Penghitungan Data Untuk Uji Homogenitas dan Analisis Varians .....	199
Lampiran 19. Uji Normalitas Data Dengan Lilliefors.....	200
Lampiran 20. Uji Homogenitas Dengan Uji Bartlet .....	204
Lampiran 21. Analisis Varians .....	205
Lampiran 22. Hasil Uji Rata-rata Rentang Newman-Keuls .....	206
Lampiran 23. Dokumentasi Penelitian.....	207
Lampiran 24. Perijinan Penelitian .....	210



## ABSTRAK

Ahmad Fauzi, NIM: A.120209101, 2010. PENGARUH PENDEKATAN PEMBELAJARAN DAN KEMAMPUAN GERAK TERHADAP HASIL BELAJAR KETERAMPILAN MENGGIRING BOLA PADA PERMAINAN SEPAKBOLA (Eksperimen Pengaruh Pendekatan Pembelajaran Bermain Dan Latihan Pada Siswa Putra Kelas VI SD Negeri 1 Ampenan Kota Mataram). Tesis: Program Studi Ilmu Keolahragaan, Program Pascasarjana, Universitas Sebelas Maret Surakarta.

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui: (1) Perbedaan pengaruh pendekatan pembelajaran bermain dan latihan terhadap hasil belajar keterampilan menggiring bola pada permainan sepakbola. (2) Perbedaan hasil belajar keterampilan menggiring bola antara siswa yang memiliki kemampuan gerak tinggi dan rendah. (3) Pengaruh interaksi antara pendekatan pembelajaran dan kemampuan gerak terhadap hasil belajar keterampilan menggiring bola.

Penelitian menggunakan metode eksperimen dengan rancangan faktorial 2 X 2. Populasi penelitian adalah siswa putra kelas VI SD Negeri 1 Ampenan Kota Mataram tahun pelajaran 2009/2010 yang berjumlah 60 siswa. Teknik sampling yang digunakan adalah *purposive random sampling*, sampel yang diambil sebanyak 40 siswa, terdiri dari 20 siswa yang memiliki kemampuan gerak tinggi dan 20 siswa yang memiliki kemampuan gerak rendah. Variabel yang diteliti yaitu variabel bebas terdiri dari dua faktor yaitu variabel manipulatif dan variabel atributif, serta satu (1) variabel terikat. Variabel manipulatif terdiri dari pendekatan pembelajaran bermain dan pendekatan pembelajaran latihan. Variabel atributif terdiri dari kelompok sampel dengan kemampuan gerak tinggi dan rendah. Variabel terikat pada penelitian ini yaitu keterampilan menggiring bola pada permainan sepakbola. Teknik pengumpulan data dengan tes dan pengukuran. Pengambilan data keterampilan menggiring bola pada permainan sepakbola dengan tes menggiring bola zig-zag. Pengambilan data kemampuan gerak dilakukan dengan *Barrow motor ability test*. Teknik analisis data pada penelitian ini menggunakan analisis varians dan uji rentang Newman Keuls, pada taraf signifikansi 5%.

Kesimpulan: (1) Ada perbedaan pengaruh yang signifikan antara pendekatan pembelajaran bermain dan latihan terhadap hasil belajar keterampilan menggiring bola pada permainan sepakbola. Pengaruh pembelajaran dengan pendekatan bermain lebih baik dari pada dengan pendekatan latihan. (2) Ada perbedaan hasil belajar keterampilan menggiring bola yang signifikan antara siswa yang memiliki kemampuan gerak tinggi dan rendah. Peningkatan keterampilan menggiring bola pada permainan sepakbola pada siswa yang memiliki kemampuan gerak tinggi lebih baik daripada kemampuan gerak rendah. (3) Terdapat pengaruh interaksi yang signifikan antara pendekatan pembelajaran dan tingkat kemampuan gerak terhadap hasil belajar keterampilan menggiring bola. (a) Siswa yang memiliki kemampuan gerak tinggi lebih cocok jika diberikan pembelajaran dengan pendekatan bermain. (b) Siswa dengan kemampuan gerak rendah lebih cocok jika diberikan pembelajaran dengan pendekatan latihan.

Kata Kunci: Pendekatan Pembelajaran Bermain, Pendekatan Pembelajaran Latihan, Kemampuan Gerak, Keterampilan Menggiring Bola Pada Permainan Sepakbola.

## ABSTRACT

Ahmad Fauzi, NIM: 120209101, 2010. THE EFFECT OF TEACHING APPROACH AND MOTOR ABILITY TO THE LEARNING RESULT OF FOOTBALL DRIBBLING SKILL. Thesis : The Major of Ilmu Keolahragaan, Post Graduate Sebelas Maret University Of Surakarta. (Study Experiment About Teaching Approach With Game Approach And Practice Approach at Male Student Class VI of SD Negeri 1 Ampenan Mataram City). Thesis: Study Program of Sports Science, Postgraduate Program, Sebelas Maret University of Surakarta.

The aims of this research are to investigate (1) The different effect of teaching approach with game approach and practice approach to the result of learning football dribbling skill. (2) The different result of learning football dribbling skill between student group having high motor ability and motor ability lower. (3) Interaction effect of teaching approach and motor ability to result of learning football dribbling skill.

Experiment method with 2 X 2 factorial design was used in this research. The Research Population was the male student class VI of SD Negeri 1 Ampenan Mataram city Academic Year 2008/2010, i.e. 58 students. Sampling technique was used *purposive random sampling*, the amount of sample taken were 40 students. Sample consists of 20 student represent student owning high motor ability and 20 students owning low motor ability. The variable that researched independent variable consisted of two factor that were manipulative variable, attributive variable, and also one (1) dependent variable. Manipulative variable consist of the teaching approach with the game approach and practice approach. Attributive Variable consists of groups with high motor ability and low motor ability. Dependent variable in this research football dribbling skill. Data collecting technique test and measurement. The data collecting of football dribbling skill used zigzag dribbling. Data of motor ability done using *Barrow motor ability test*. Data analysis Technique in this research use analysis of variance test and span Newman Keuls, at 5% level of significance.

Conclusion: (1) There is a significant different effect between teaching approach with game approach and practice approach to football dribbling skill. The effect teaching approach with the game approach is better than with the practice approach. (2) There is a significant different effect between student group owning high motor ability and motor ability lower to football dribbling skill. Uplifting of football dribbling skill at student owning high motor ability is better the than those who owning low motor ability. (3) There is a significant of interaction effect between usage of teaching approach and motor ability to football dribbling skill. (a) Student having high motor ability more compatible if given by teaching with the game approach. (b) Student ability motor lower more compatible if given by teaching with the practice approach.

Keyword: Teaching Approach, Practice Approach, Game Approach, Motor Ability, Skills of Football Games.

## BAB I

### PENDAHULUAN

#### A. Latar Belakang Masalah

[perpustakaan.uns.ac.id](http://perpustakaan.uns.ac.id)

[digilib.uns.ac.id](http://digilib.uns.ac.id)

Pendidikan jasmani merupakan suatu proses pendidikan seseorang baik sebagai perorangan maupun sebagai anggota masyarakat yang dilakukan secara sadar dan sistematis, melalui berbagai kegiatan dalam rangka memperoleh peningkatan kemampuan dan keterampilan jasmani, pertumbuhan, kecerdasan, dan membentuk watak. Pendidikan jasmani adalah suatu proses pembelajaran melalui aktivitas jasmani yang didesain untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan dan perilaku hidup sehat dan aktif, sportif, dan kecerdasan emosi (Samsudin, 2008:2).

Husdarta J.S. (2009:18) juga mendefinisikan bahwa, pendidikan jasmani adalah proses pendidikan melalui aktivitas jasmani, permainan atau olahraga yang terpilih untuk mencapai tujuan pendidikan. Ini pengertiannya adalah mendidik anak. Yang membedakannya dengan mata pelajaran lain adalah alat yang digunakan. Alat yang digunakan dalam pendidikan jasmani adalah gerak insani, manusia yang bergerak secara sadar. Gerak itu dirancang secara sadar oleh gurunya dan diberikan dalam situasi yang tepat, agar dapat merangsang pertumbuhan dan perkembangan anak didik. Pendidikan Jasmani adalah suatu proses pembelajaran melalui aktivitas jasmani yang didesain untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan, perilaku hidup sehat, aktif, sikap sportif, dan kecerdasan emosi (<http://getskripsi.com/2009/01>).

Pendidikan jasmani merupakan bagian integral dari pendidikan total yang mencoba mencapai tujuan untuk mengembangkan kebugaran jasmani, mental, sosial, serta emosional bagi masyarakat, dengan wahana aktivitas jasmani (Sukintaka, 2004:17). Pendidikan jasmani dan kesehatan merupakan bagian dari pendidikan secara keseluruhan, bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berpikir kritis, keterampilan sosial, penalaran, stabilitas emosional, tindakan moral, aspek pola hidup sehat, dan pengenalan lingkungan bersih melalui aktivitas jasmani, olahraga dan kesehatan terpilih yang direncanakan secara sistematis dalam rangka mencapai tujuan pendidikan nasional.

Pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan merupakan media untuk mendorong pertumbuhan fisik, perkembangan psikis, keterampilan motorik, pengetahuan dan penalaran, penghayatan nilai-nilai (sikap-mental-sportivitas-spiritual-sosial), serta pembiasaan hidup sehat yang bermuara untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan kualitas fisik dan psikis yang seimbang. Ateng (2003:52) mengemukakan bahwa tujuan pendidikan jasmani antara lain : (a) Merangsang pertumbuhan dan perkembangan organik, (b) Keterampilan neuromuskuler motorik, (c) Perkembangan intelektual, (d) Perkembangan emosional. Tujuan pendidikan jasmani yang ingin dicapai bernaung di bawah payung ranah-ranah sebagai berikut: ranah kognitif yang mencakup perkembangan intelektual, kegiatan kognitif dapat mencakup mulai dari ingatan tentang informasi yang sederhana sampai pada penafsiran yang tersusun secara canggih dan kesimpulan tentang informasi yang diterima. Ranah afektif yang mencakup perkembangan sosial-personal-emosional, keterampilan afektif dapat mencakup mulai dari emosi

yang sederhana sampai interaksi sosial yang canggih. Ranah psikomotor, yang mencakup perkembangan neuromuskular atau syaraf otot, keterampilan psikomotor mencakup mulai dari kegiatan reflek yang tidak disengaja sampai penampilan keterampilan olahraga yang dipadu dengan baik .

[perpustakaan.uns.ac.id](http://perpustakaan.uns.ac.id)

[digilib.uns.ac.id](http://digilib.uns.ac.id)

Keberhasilan pelaksanaan pendidikan jasmani dan kesehatan merupakan unsur penting yang ikut menentukan terhadap kualitas pendidikan secara menyeluruh. Karena begitu pentingnya peranan pendidikan jasmani dan kesehatan dalam sitem pendidikan, maka pelaksanaan kegiatan belajar mengajar pendidikan jasmani dan kesehatan perlu mendapat perhatian yang serius. Ketidakberhasilan pelaksanaan pendidikan jasmani di sekolah dapat berdampak pada hal-hal berikut : 1) makin menurunnya tingkat kebugaran jasmani siswa. 2) Tingkat kebrutalan remaja makin meningkat, dan 3) Kemampuan berkompetensi dengan negara lain baik di bidang olahraga maupun bidang nasional lain makin menurun. Berdasarkan hasil penelitian secara nasional menunjukkan bahwa pelajar usia 16-19 tahun 45,9% memiliki tingkat kebugaran jasmani kurang atau kurang sekali, pelajar 13-15 tahun 37% memiliki tingkat kebugaran jasmani kurang atau kurang sekali. Dari hasil penelitian tersebut ditemukan juga bahwa tidak satu persennpun pelajar usia 13 – 19 tahun berkategori baik sekali, hanya 11% pelajar usia 16-19 tahun dan 14,8% pelajar usia 13-15 tahun berkategori baik. Rendahnya tingkat kebugaran siswa menunjukkan bahwa kurang efektifnya penjas di Sekolah (Khomsin, 2008).

Tujuan pendidikan jasmani dapat dicapai dengan memperhatikan banyak faktor pendukung antara lain; faktor guru sebagai penyampai informasi, siswa sebagai penerima informasi, sarana prasarana, dan metode serta pendekatan

pembelajarannya. Pendekatan pembelajaran yang dipilih harus cocok digunakan dalam pembelajaran teori atau praktik keterampilan, semata-mata untuk meningkatkan efektifitas dan efisiensi proses pembelajaran. Proses pembelajaran dapat dikatakan efektif apabila perubahan perilaku yang terjadi pada siswa setidaknya [perpustakaan.uns.ac.id](http://perpustakaan.uns.ac.id) [digilib.uns.ac.id](http://digilib.uns.ac.id) tidaknya mencapai tingkat optimal. Sikap dan perilaku sehat pada siswa dapat terbentuk dengan meningkatkan partisipasi siswa secara aktif dalam segala bentuk aktifitas olahraga, seperti aktivitas permainan, aktivitas ritmik, aktivitas pengembangan aquatik dan sebagainya.

Permainan sepakbola merupakan salah satu jenis permainan yang dapat digunakan sebagai media pendidikan, sehingga sepak bola menjadi salah satu olahraga wajib yang ada pada kurikulum sekolah sejak Sekolah Dasar hingga Sekolah Menengah Atas. Permainan sepakbola merupakan cabang olahraga permainan yang peraturannya dapat dimodifikasi, sehingga termasuk materi yang harus disampaikan pada mata pelajaran pendidikan jasmani sekolah dasar.

Tujuan utama permainan sepak bola adalah membuat gol ke gawang lawan dan mencegah gol ke gawang sendiri. Teknik bermain merupakan unsur yang sangat fundamental yang harus dimiliki oleh seorang pemain sepak bola. Tinggi rendahnya kualitas regu dalam permainan sepak bola tergantung pada tingkat penguasaan teknik bermain yang dimiliki pemainnya. Bermain sepakbola memiliki unsur dasar yang sangat kompleks. Sebagian dari unsur dasarnya adalah menendang, menahan, menyundul, dan menggiring bola.

Menggiring bola (*dribbling*) adalah salah satu keterampilan dasar yang penting dalam sepakbola, karena semua pemain harus mampu menguasai bola saat sedang

bergerak, berdiri, atau bersiap melakukan operan atau tembakan. Ketika pemain telah menguasai kemampuan *dribbling* secara efektif, sumbangan mereka dalam pertandingan akan sangat besar. Setelah melakukan observasi di lapangan, siswa putra kelas VI (enam) Sekolah Dasar Negeri 1 Ampenan umumnya belum mampu melakukan keterampilan menggiring bola secara optimal. Siswa pada umumnya memilih melakukan *dribbling* dengan menggunakan sisi kaki bagian dalam saja. Kesalahan lain yang sering terjadi pada saat melakukan *dribbling* adalah bola ditendang bukan didorong, sehingga bola lepas jauh di depan badan, tidak terkontrol dan pandangan mata selalu melihat bola. Akibatnya dalam pembelajaran yang muncul adalah pembelajaran kurang aktif, dan minat siswa menjadi rendah, hal ini berpengaruh langsung terhadap hasil belajar yang dicapai oleh siswa.

Melihat kenyataan di atas, maka perlu dicari upaya untuk memperbaiki kondisi pembelajaran yang efektif. Proses pembelajaran akan berjalan secara efektif bila seluruh komponen yang berpengaruh dalam proses pembelajaran saling mendukung dalam rangka mencapai tujuan, komponen dimaksud adalah siswa, guru, metode dan pendekatan pembelajaran, sarana dan prasarana, lingkungan dan sebagainya. Dari keseluruhan komponen pembelajaran tersebut, guru sebagai pengelola komponen-komponen pembelajaran, dengan tujuan untuk meningkatkan hasil belajar. Artinya kualitas pembelajaran sangat dipengaruhi oleh cara guru memberikan informasi dan mengelola pembelajaran.

Guru mempunyai peranan yang penting dalam proses pembelajaran, terutama untuk keberhasilan siswanya, guru selalu dituntut untuk proaktif, responsif, inopatif, dan kreatif terhadap fenomena-fenomena yang terjadi di dalam kelas, di luar kelas

dan lingkungan sekitarnya. Seorang guru juga dituntut memiliki kemampuan akademik, memahami kurikulum, menguasai strategi dan metode, serta pendekatan pembelajaran yang tepat. Mengingat pentingnya peranan guru dalam pembelajaran, maka perlu membuat strategi, penggunaan metode, dan utamanya pendekatan pembelajaran yang tepat.

Seorang guru perlu mempelajari, memahami, dan mampu menerapkan berbagai strategi, metode, dan pendekatan pembelajaran pada bidang studi yang diampunya. Strategi yaitu perencanaan yang berisi tentang rangkaian kegiatan yang didesain untuk mencapai tujuan pendidikan tertentu, metode yaitu bagaimana mengimplementasikan rencana yang sudah disusun dalam kegiatan nyata agar tujuan yang telah di susun tercapai secara optimal, dan pendekatan (*approach*) diartikan sebagai titik tolak atau sudut pandang kita terhadap proses pembelajaran (Wina Sanjaya, 2008:126-127). Pendekatan dalam pembelajaran merupakan cara khusus yang dan terperinci yang telah dipikirkan dengan seksama sehingga merupakan pola tertentu yang digunakan oleh guru dalam membimbing anak mempelajari berbagai materi pelajaran. Dalam proses belajar mengajar diperlukan adanya metode dan pendekatan untuk membantu memaksimalkan pencapaian tujuan pembelajaran. Semakin tepat metode dan pendekatan yang digunakan dalam proses belajar mengajar maka makin efektif dan tujuan pembelajaran akan tercapai.

Berdasarkan hasil pengamatan peneliti pendekatan yang banyak digunakan dalam pembelajaran sepakbola khususnya menggiring bola adalah pendekatan latihan (*Practice Approach*), pendekatan ini yang lebih banyak dipelajari dan dianggap lebih praktis dilaksanakan oleh guru pendidikan jasmani, terutama di

sekolah dasar. Sedangkan pendekatan bermain (*Game Approach*) masih jarang dilakukan oleh guru pendidikan jasmani, pendekatan bermain merupakan kegiatan pembelajaran yang diberikan dalam bentuk dan situasi permainan. Diharapkan dalam situasi bermain (*game*) yang menyenangkan siswa melakukan aktivitas gerak yang berlebihan, sehingga dapat meningkatkan keterampilan geraknya.

Pendekatan pembelajaran bermain (*Game Approach*) merupakan kegiatan pembelajaran yang diberikan dalam bentuk dan situasi permainan. Bermain adalah suatu kegiatan yang menyenangkan. Kegiatan bermain sangat disukai oleh anak-anak. Bermain yang dilakukan secara tertata, mempunyai manfaat yang besar bagi perkembangan siswa. Bermain dapat memberikan pengalaman belajar yang sangat berharga untuk siswa. Pengalaman itu bisa berupa membina hubungan dengan sesama teman dan menyalurkan perasaan yang tertekan. Dengan mengetahui manfaat bermain, diharapkan guru dapat melahirkan ide mengenai cara memanfaatkan kegiatan bermain untuk mengembangkan bermacam-macam aspek perkembangan siswa tingkat sekolah dasar. Aspek yang dikembangkan mencakup fisik, motorik, sosial, emosional, kepribadian, kognisi, keterampilan olahraga, dan sebagainya.

Bermain merupakan konsep kegiatan yang menimbulkan kesenangan, keceriaan, tidak menjemukan, penuh kebebasan tanpa banyak memiliki perintah dan larangan. Interaksi komunikatif antara unsur yang terlibat dalam pembelajaran terjadi secara baik. Guru, siswa, dan lingkungan merupakan unsur yang terlibat di dalamnya. Bermain bagi anak lebih cocok karena tidak banyak melibatkan aspek kognisi tetapi lebih banyak melibatkan aspek motorik. Permainan mengandung sifat-sifat kompetisi sehingga membawa anak tertantang untuk memperoleh kemajuan.

Sifat lain dari kompetisi adalah perjuangan untuk memenangkan pertandingan dengan penuh sportivitas dan tanggung jawab. Permainan diciptakan supaya mampu merangsang gerak, menarik dan menimbulkan kompetisi. Bentuk permainan yang menarik tidak melibatkan banyak anak, lapangan proporsional dan penilaian tidak seperti sepakbola pada umumnya.

Pendekatan latihan (*Practice Approach*) diartikan sebagai pembelajaran dengan sistem, tata urutan, jadwal, jumlah ulangan telah diorganisasi dalam suatu program. Program diberikan kepada anak secara sistematis, berurutan, berulang-ulang dan kian bertambah bebannya. Sistematis artinya pembelajaran direncanakan dengan baik dan pengulangan secara konstan. Gerakan yang diulang-ulang menyebabkan organisasi neuromuskuler bekerja dengan baik, gerakan yang semula sulit dilakukan makin lama menjadi gerak otomatis dan reflektif. Rangsangan atau stimulus kian hari kian bertambah berat sehingga membawa perubahan secara maksimal. Salah satu kelemahan pendekatan latihan adalah siswa mendapat kesempatan dan pembebanan sama oleh sebab itu sifat bersaing rendah. Pendekatan ini hanya anak yang mendapat giliran saja yang aktif bergerak, lainnya menunggu diam tanpa melakukan gerakan.

Kedua pendekatan pembelajaran di atas ternyata memiliki kelebihan dan kekurangan. Fakta di lapangan menunjukkan bahwa guru dalam pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan di sekolah dasar banyak menggunakan pendekatan latihan. Pendekatan latihan sebetulnya banyak mempunyai kelemahan terutama bersifat kompetitif rendah, anak banyak beristirahat dan kurang sesuai dengan akselerasi pengembangan. Kelebihan pendekatan latihan adalah kematangan

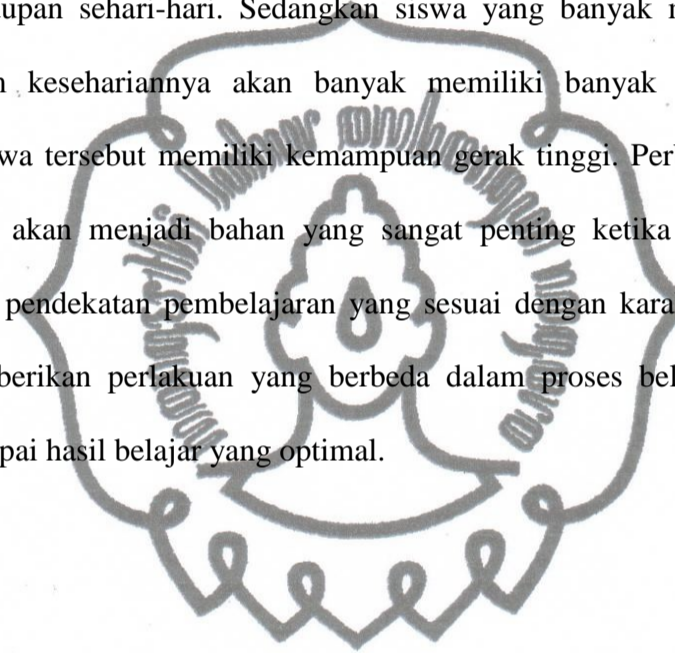
teknik lebih baik. Sedangkan pendekatan bermain mempunyai kelebihan anak dapat bergerak secara bebas, tidak menjemukan, penuh keceriaan dan tanpa banyak larangan serta sesuai dengan akselerasi pengembangan. Kelemahan pendekatan pembelajaran bermain adalah kematangan teknik kurang baik. Mencermati kedua model pembelajaran di atas timbul suatu permasalahan ialah pendekatan pembelajaran manakah yang memberikan hasil lebih baik. Guna menentukan jawaban pertanyaan tersebut perlu dikaji melalui penelitian ilmiah.

Kemampuan gerak (*Motor Ability*) juga dapat mempengaruhi keberhasilan pembelajaran menggiring bola pada permainan sepakbola. Sejalan dengan meningkatnya ukuran tubuh dan meningkatnya kemampuan fisik, maka meningkat pula kemampuan gerak anak. Peningkatan kemampuan gerak dapat diidentifikasi dalam bentuk gerakan dengan mekanika tubuh yang semakin efisien, lancar dan terkontrol, pola gerakan makin bervariasi dan bertenaga. Setiap siswa memiliki kemampuan gerak yang berbeda-beda, terjadi perbedaan kemampuan gerak siswa karena kualitas fisik yang berbeda baik kondisi secara internal maupun eksternal. Secara internal, kondisi siswa yang mencakup faktor-faktor yang terdapat atau melekat dalam diri siswa, dan secara eksternal, yang mencakup faktor-faktor dari luar yang mempengaruhi diri siswa. Kedua faktor ini sangat mempengaruhi tinggi dan rendahnya kemampuan gerak yang dimiliki oleh siswa, kemampuan gerak yang dimiliki siswa ikut menentukan hasil pembelajaran gerak pada permainan sepakbola umumnya, belajar keterampilan menggiring bola khususnya.

Keberhasilan pembelajaran keterampilan gerak, khususnya keterampilan menggiring bola, selain ditentukan oleh pendekatan pembelajaran yang digunakan

juga ditentukan oleh adanya kontribusi faktor internal diantaranya berupa kemampuan gerak siswa. Tingkat dari kemampuan gerak dapat mempengaruhi cepatnya seseorang dalam mempelajari keterampilan gerak. Kemampuan gerak merupakan salah satu unsur penting yang berpengaruh terhadap keberhasilan belajar keterampilan menggiring bola. Tinggi-rendahnya kemampuan gerak yang dimiliki siswa dapat mempengaruhi hasil pembelajaran. Berdasarkan hal tersebut maka dalam penelitian ini dikontrol tinggi-rendahnya kemampuan gerak yang dimiliki siswa.

Kenyataan sekarang khususnya di Sekolah Dasar Negeri 1 Ampenan Kota Mataram terdapat perbedaan kemampuan gerak diantara siswa, sebagian memiliki kemampuan gerak rendah, sebagian kemampuan geraknya tinggi. Siswa yang memiliki kemampuan gerak yang rendah disebabkan karena kurangnya aktivitas dalam kehidupan sehari-hari. Sedangkan siswa yang banyak melakukan aktivitas gerak dalam kesehariannya akan banyak memiliki banyak pengalaman gerak, sehingga siswa tersebut memiliki kemampuan gerak tinggi. Perbedaan kemampuan gerak siswa akan menjadi bahan yang sangat penting ketika guru memilih dan menentukan pendekatan pembelajaran yang sesuai dengan karakter masing-masing siswa, memberikan perlakuan yang berbeda dalam proses belajar mengajar agar siswa mencapai hasil belajar yang optimal.



## B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan di atas maka dapat diidentifikasi beberapa masalah sebagai berikut :

1. Penerapan metode yang tepat dalam pembelajaran pendidikan jasmani.
2. Faktor pendekatan pembelajaran yang diterapkan oleh guru dalam menyampaikan materi khusus menggiring bola pada permainan sepakbola.
3. Kemampuan gerak yang dimiliki oleh siswa mempunyai peranan yang sangat penting terhadap hasil belajar keterampilan menggiring bola.
4. Pendekatan pembelajaran dan kemampuan gerak mempunyai hubungan terhadap hasil belajar keterampilan menggiring bola.
5. Kemampuan teknik dasar menggiring bola.

## C. Pembatasan Masalah

Agar dapat menghindari pengembangan pembahasan dalam penelitian ini maka permasalahan perlu dibatasi. Pembatasan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Perbedaan pengaruh pendekatan pembelajaran bermain dan latihan terhadap hasil belajar keterampilan menggiring bola pada permainan sepakbola.
2. Perbedaan hasil belajar keterampilan menggiring bola antara siswa yang memiliki kemampuan gerak tinggi dan rendah.
3. Pengaruh interaksi antara pendekatan pembelajaran dan kemampuan gerak terhadap hasil belajar keterampilan menggiring bola.

#### D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dikemukakan, masalah penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut :

1. Adakah perbedaan pengaruh pendekatan pembelajaran bermain dan latihan terhadap hasil belajar keterampilan menggiring bola pada permainan sepakbola?
2. Adakah perbedaan hasil belajar keterampilan menggiring bola pada permainan sepakbola antara siswa yang memiliki kemampuan gerak tinggi dan rendah?
3. Adakah pengaruh interaksi antara pendekatan pembelajaran dan kemampuan gerak terhadap hasil belajar keterampilan menggiring bola pada permainan sepakbola?

#### E. Tujuan Penelitian

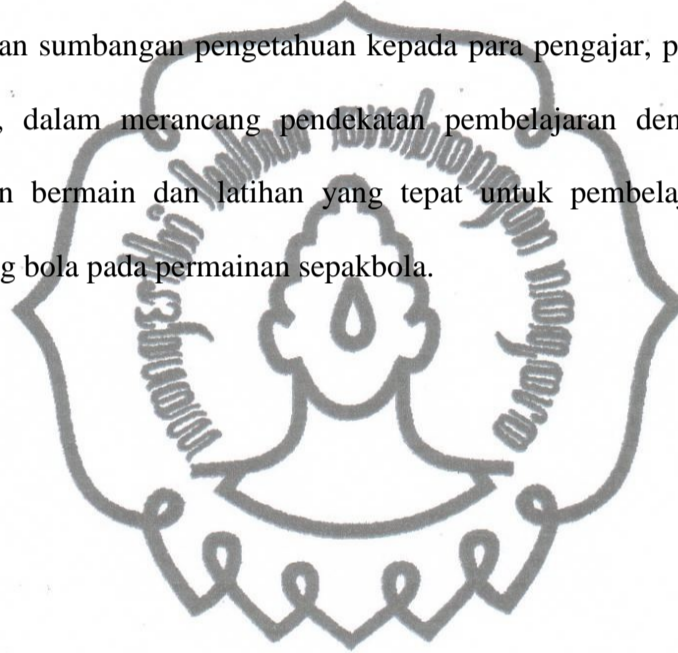
Berdasarkan permasalahan yang ada maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui :

1. Perbedaan pengaruh pendekatan pembelajaran bermain dan latihan terhadap hasil belajar keterampilan menggiring bola pada permainan sepakbola.
2. Perbedaan hasil belajar keterampilan menggiring bola pada permainan sepakbola antara yang memiliki kemampuan gerak tinggi dan rendah.
3. Pengaruh interaksi antara pendekatan pembelajaran dan kemampuan gerak terhadap hasil belajar keterampilan menggiring bola pada permainan sepakbola.

## F. Manfaat Penelitian

Setelah selesainya penelitian, hasil yang diperoleh diharapkan dapat memberikan manfaat sebagai berikut:

1. Memberikan sumbangan pengetahuan terhadap para pengajar, pembina, dan pelatih sepakbola tentang pentingnya memilih dan menggunakan pendekatan mengajar yang tepat dalam proses pembelajaran untuk meningkatkan keterampilan menggiring bola pada permainan sepakbola.
2. Memberikan sumbangan pengetahuan sebagai bahan pertimbangan kepada para pengajar, pembina, dan pelatih sepakbola tentang pentingnya memperhatikan faktor kemampuan gerak (*motor ability*) untuk peningkatan keterampilan menggiring bola pada permainan sepakbola.
3. Memberikan sumbangan pengetahuan kepada para pengajar, pembina dan pelatih sepakbola, dalam merancang pendekatan pembelajaran dengan menggunakan pendekatan bermain dan latihan yang tepat untuk pembelajaran keterampilan menggiring bola pada permainan sepakbola.



## BAB II

### LANDASAN TEORI DAN HIPOTESIS

#### A. Tinjauan Pustaka

[perpustakaan.uns.ac.id](http://perpustakaan.uns.ac.id)

[digilib.uns.ac.id](http://digilib.uns.ac.id)

##### 1. Permainan Sepakbola

Sepakbola merupakan olahraga permainan yang menarik dan paling populer di tingkat Internasional. Sepakbola dimainkan oleh dua regu yang saling berhadapan dalam satu lapangan. Tiap regu terdiri dari 11 orang pemain termasuk penjaga gawang, sehingga regu dalam sepakbola sering disebut kesebelasan. Sepakbola merupakan olahraga permainan yang hampir seluruh pemainnya menggunakan kaki, kecuali penjaga gawang yang bebas menggunakan anggota badan manapun. Tujuan dari masing-masing kesebelasan adalah berusaha untuk memasukkan bola ke gawang lawannya sebanyak mungkin dan berusaha menggagalkan serangan lawan untuk melindungi atau menjaga agar gawangnya tidak kemasukan bola. Permainan sepak bola dilakukan dalam dua babak, antara babak pertama dan babak kedua diberi waktu istirahat, dan setelah waktu istirahat dilakukan pertukaran tempat. Kesebelasan yang dinyatakan menang adalah kesebelasan yang sampai akhir pertandingan atau permainan lebih banyak memasukkan bola ke gawang lawannya.

Sepakbola termasuk jenis permainan yang memiliki prinsip sangat sederhana, yaitu berusaha memasukkan bola ke gawang lawan dan berusaha mempertahankan gawangnya agar tidak kemasukan bola dari lawan. Namun dalam permainan para pemainnya dituntut untuk dapat menerapkan berbagai

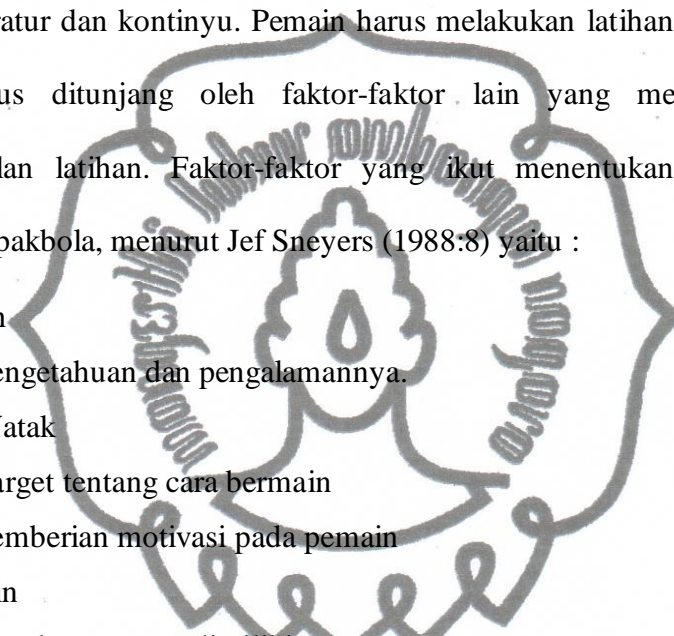
teknik ke dalam pola taktik dan strategi serta kerja sama tim yang kompak. Tim yang baik apabila para pemainnya menguasai teknik bermain, memiliki kemampuan intelektual dan kemampuan melakukan kerja sama tim secara kompak.

[perpustakaan.uns.ac.id](http://perpustakaan.uns.ac.id)

[digilib.uns.ac.id](http://digilib.uns.ac.id)

Menjadi pemain sepakbola yang berprestasi tentunya merupakan keinginan para pemain sepakbola. Faktor utama prestasi olahraga, termasuk sepakbola adalah kualitas atlet. Pembinaan prestasi sepakbola harus ditujukan pada pengembangan unsur-unsur dari dalam atlet. Unsur dari dalam diri atlet yang harus dikembangkan untuk mencapai prestasi dalam permainan sepak bola yaitu faktor kemampuan teknik, fisik, taktik dan mental.

Keempat unsur tersebut harus dikembangkan melalui latihan, secara sistematis, teratur dan kontinyu. Pemain harus melakukan latihan secara intensif dan juga harus ditunjang oleh faktor-faktor lain yang mendukung terhadap keberhasilan latihan. Faktor-faktor yang ikut menentukan berhasil tidaknya latihan sepakbola, menurut Jef Sneyers (1988:8) yaitu :

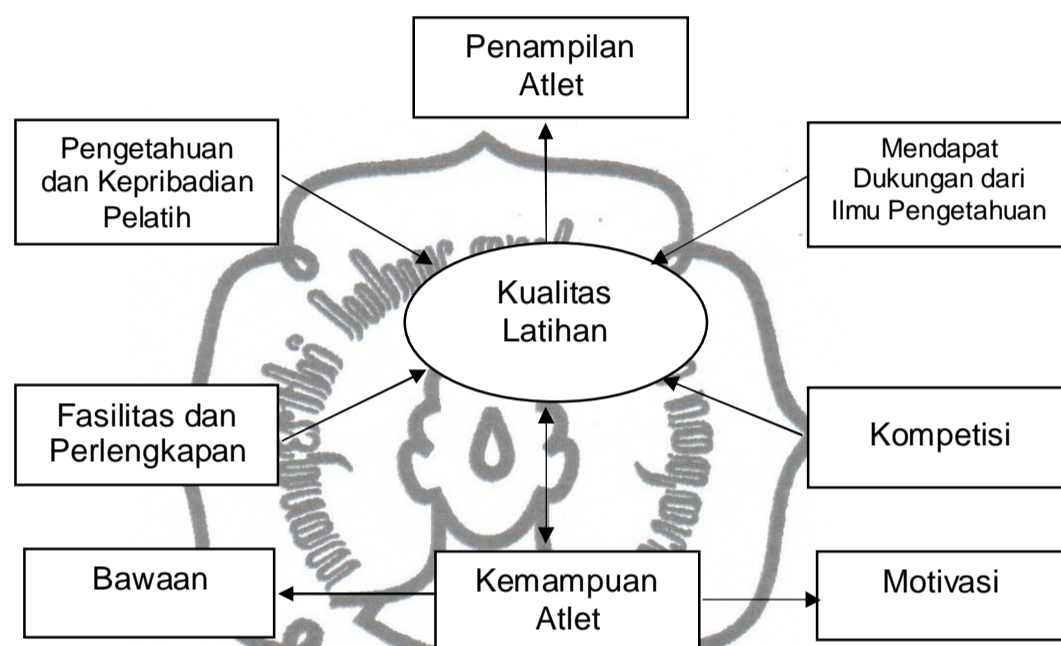
- 
- a) Pelatih
    - 1. Pengetahuan dan pengalamannya.
    - 2. Watak
    - 3. Target tentang cara bermain
    - 4. Pemberian motivasi pada pemain
  - b) Pemain
    - 1. Kecakapan yang dimiliki
    - 2. Disiplin
    - 3. Kebiasaan sehari-hari di luar latihan (misalnya minum-minuman keras, merokok, cara hidup pada umumnya)

4. Kemauan untuk berlatih seorang diri diluar acara latihan resmi, untuk memperbaiki kekurangan yang ada.
5. Perasaan solidaritas dan semangat kelompok.

c) Lingkungan

Selalu terasa dampak yang ditimbulkan oleh pihak pengurus kesebelasan, suporter, anggota keluarga (terutama istri atau pacar).

Prestasi olahraga akan dapat sesuai harapan jika ditunjang faktor sumberdaya manusia (pelatih dan atlet), ilmu pengetahuan pendukung, fasilitas dan dana yang memadai serta adanya kompetisi secara periodik dan berkelanjutan. Seperti diilustrasikan oleh Bompas, Tudor O. (1999:13) pada bagan sebagai berikut:



Gambar 1. Faktor-Faktor Penentu Prestasi Atlet  
(Bompas, Tudor O., 1999:13)

Kondisi yang mendukung sangat diperlukan dalam pencapaian prestasi olahraga secara optimal. Faktor-faktor tersebut perlu mendapat perhatian dan

perlu diupayakan baik oleh pemain, pelatih serta semua pihak yang terkait dengan pembinaan prestasi dalam sepakbola.

Kemampuan atlet merupakan unsur utama dalam pencapaian prestasi sepakbola. Pembinaan yang dilakukan harus mengembangkan unsur-unsur dari [perpustakaan.uns.ac.id](http://perpustakaan.uns.ac.id) dalam atlet yang diperlukan dalam pencapaian prestasi sepakbola. Unsur dari [digilib.uns.ac.id](http://digilib.uns.ac.id) dalam diri atlet yang harus dikembangkan untuk mencapai prestasi dalam permainan sepakbola yaitu faktor kemampuan teknik, fisik, taktik dan mental.

#### **a. Teknik Dasar Bermain Sepakbola**

Permainan sepakbola adalah suatu permainan yang dilakukan dengan jalan menyepak bola. Bola disepak kesana kemari untuk diperebutkan para pemain, yang mempunyai tujuan untuk memasukkan bola ke dalam gawang lawan. Pada permainan sepakbola terdapat beberapa teknik dasar yang harus dikuasai oleh siswa yaitu : teknik menendang bola, teknik menahan bola, teknik menyundul bola, dan teknik menggiring bola.

Toto Subroto & Soekatamsi (2007: 6.1) menyatakan anak-anak di kemudian hari dapat dilatih menjadi pemain sepakbola yang baik, sebelum diberikan teknik dasar bermain sepakbola terlebih dahulu diperkenalkan tentang sifat-sifat bola, yaitu :

- a) Bola berbentuk bundar, sesuai dengan sifat-sifat benda yang bundar demikian pula bola maka mudah bergulir atau bergerak ke arah mana saja.
- b) Bola sepak bagian luarnya terbuat dari kulit atau bahan-bahan lain yang diperkenankan, bagian dalamnya dibuat dari bahan karet dan diisi dengan

udara. Oleh karena itu, bola bersifat kenyal, sehingga bola mudah memantul-mantul atau melenting kemana-mana.

Bola mempunyai bentuk bundar dan bersifat kenyal (lentur) maka mudah sekali bergerak (bergulir) kemana-mana dan memantul-mantul sehingga sukar untuk dijinakkan atau dikuasai. Jadi apabila pemain tidak menguasai teknik dasar bermain bola maka akan terjadi justru pemain akan dipermainkan oleh bola. Sedang dalam bermain, pemain harus mudah mempermainkan dan menjinakkan bola. Oleh karena itu, untuk menguasai atau menjinakkan bola maka perlu kepada anak-anak atau pemain pemula diperkenalkan terlebih dahulu dengan sifat-sifat dari bola. Dengan demikian saraf-otot anak akan peka terhadap bola. Adapun macam-macam latihan mengenal bola: memantul-mantulkan bola ke tanah dengan tangan, menginjak-injak bola, menggulir-gulirkan bola, dan menimang-nimang bola.

Kemampuan seorang pemain dalam memainkan bola akan sangat membantu penampilannya dalam bermain sepakbola. Oleh karena itu, setiap pemain harus mempelajari unsur-unsur teknik dengan bola secara seksama. Unsur-unsur teknik dengan bola menurut Remmy Muchtar (1992: 29) terdiri dari:

- 1) Teknik menendang bola.
- 2) Teknik menahan bola (*trapping*).
- 3) Teknik menggiring bola (*dribble*).
- 4) Gerak tipu.
- 5) Teknik menyundul bola (*heading*).
- 6) Teknik merebut bola (*tackling*).
- 7) Teknik lemparan ke dalam (*throw-in*).
- 8) Teknik penjaga gawang.

Pada prinsipnya unsur teknik tanpa bola dan unsur teknik dengan bola memiliki keterkaitan yang erat dalam pelaksanaan bermain sepakbola. Kedua teknik tersebut saling mendukung dan saling berhubungan. Kedua teknik dasar tersebut harus mampu diperagakan atau dikombinasikan di dalam situasi permainan menurut kebutuhannya. Kualitas dan kemampuan teknik yang baik akan mendukung penampilan seorang pemain dan kerjasama tim. Semakin baik penguasaan teknik yang dimiliki, memberi peluang untuk memenangkan pertandingan.

Unsur pokok dalam permainan sepakbola adalah kemampuan teknik memainkan bola. Pemain sepakbola yang baik tentunya jika menguasai berbagai cara memainkan bola dengan baik. Macam-macam keterampilan teknik dasar memainkan bola yang harus dikuasai dalam permainan sepakbola menurut Joseph A. Luxbacher (2000:213) adalah sebagai berikut :

1. Keterampilan mengoper bola.
2. Keterampilan menerima bola.
3. Keterampilan menggiring dan melindungi bola.
4. Keterampilan mentakle bola.
5. Keterampilan heading.
6. Keterampilan menembak.
7. Keterampilan menjaga gawang.

Teknik dasar yang diperlukan dalam permainan sepakbola, bersifat khusus sesuai dengan karakteristik dan peraturan permainan. Dari bermacam teknik dasar bermain sepak bola tersebut, keterampilan menggiring bola merupakan teknik dasar yang memiliki peranan dan kegunaan yang cukup penting.

Kemampuan menggiring bola yang baik, memberikan keuntungan bagi tim dalam penguasaan bola.

### 1) Teknik Menendang bola

Menendang bola merupakan teknik dasar bermain sepakbola yang paling banyak digunakan dalam permainan sepakbola. Seorang pemain sepakbola yang tidak menguasai teknik menendang bola dengan sempurna, tidak mungkin menjadi pemain yang baik. Kesebelasan sepakbola yang baik dan tangguh adalah suatu kesebelasan sepakbola yang semua pemainnya menguasai teknik dasar menendang bola dengan baik, dengan cepat, cermat dan tepat pada sasaran, sasaran pada teman maupun sasaran dalam membuat gol ke mulut gawang lawan.

Bermain cepat, pemain harus menguasai semua gerakan-gerakan bagian-bagian dari teknik dasar bermain sepakbola dan terampil memainkan bola dalam segala situasi dan posisi dalam permainan, tidak melakukan gerakan-gerakan yang tidak perlu, kecuali memperlambat gerakan juga akan membuang-buang waktu dan tenaga. Pada waktu mendapat operan bola dari teman, pemain harus segera lari menjemput bola dan saat menerima bola segera bola dikontrol, setelah satu kali sentuhan, bola harus dengan cepat segera dioperkan kepada teman atau bola segera ditembakkan ke arah mulut gawang lawan, yang kemudian diteruskan dengan gerak lanjutan lari untuk mencari posisi dalam bermain.

Bermain dengan tepat, pemain sepakbola harus memiliki keterampilan menendang bola, tendangan operan kepada teman yang bergerak untuk

mendapat posisi luang mudah menerima bola dan tanpa mendapatkan rintangan dari lawan maupun tendangan tembakan dengan dengan sasaran tempat luang ke mulut gawang lawan, tanpa mendapatkan rintangan dari penjaga gawang.

[perpustakaan.uns.ac.id](http://perpustakaan.uns.ac.id)

[digilib.uns.ac.id](http://digilib.uns.ac.id)

Bermain cermat, seksama, teliti dalam memberikan bola kepada teman dengan menggunakan jalan yang sependek-pendeknya dan mudah diterima oleh teman. Cermat juga dapat berarti kesanggupan seorang pemain mengontrol bola pada tempat yang sempit, dan kesanggupan mengontrol bola hanya dengan satu sentuhan dengan cepat memainkan bola seperti yang dikehendaki.

## 2) Teknik Menahan Bola

Teknik menahan atau menghentikan bola sangat penting bagi seorang pemain sepakbola. Karena apabila menerima bola (*passing*) dari teman harus segera dikuasai agar tidak mudah direbut lawan. Menahan atau menghentikan bola dapat dilakukan dengan cara seperti : dengan telapak kaki untuk bola yang jatuh ke tanah, dengan punggung kaki untuk bola yang melambung, dengan kaki bagian dalam, dengan kaki bagian luar, dengan dada, kepala, dan paha.

Menahan bola yang harus dipahami dan dikuasai oleh pemain adalah sebagai berikut :

- Lutut kaki tumpu agak ditekuk dan lemas serta dapat menahan berat badan dan keseimbangan badan.
- Bagian badan yang menerima bola harus dalam keadaan rileks.

- Pandangan mengikuti gerak ke arah bola.

### 3) Teknik Menyundul Bola

Prinsip-prinsip Teknik Menyundul Bola

[perpustakaan.uns.ac.id](http://perpustakaan.uns.ac.id)

[digilib.uns.ac.id](http://digilib.uns.ac.id)

- a) Lari menjemput arah datangnya bola, pandangan mata tertuju ke arah bola.
  - b) Otot-otot leher dikuatkan, dikeraskan atau difiksasi dagu ditarik merapat pada leher.
  - c) Untuk menyundul bola digunakan dahi yaitu daerah kepala di atas kedua kening (alis) di bawah rambut kepala.
  - d) Badan ditarik ke belakang melengkung pada daerah pinggang. Kemudian dengan gerakan seluruh tubuh yaitu kekuatan otot-otot perut, kekuatan dorongan panggul dan kekuatan kedua lutut kaki bengkok diluruskan, badan diayunkan atau dihentakkan ke depan sehingga dahi dapat mengenai bola.
  - e) Pada waktu menyundul bola mata tetap terbuka tidak boleh dipejamkan, dan selalu mengikuti arah datangnya bola dan mengikuti kemana bola diarahkan dan selanjutnya diikuti dengan gerak lanjutan untuk segera lari mencari posisi.
1. Kegunaan Teknik Menyundul Bola : (1) Untuk meneruskan bola atau mengoper bola kepada teman atau operan jarak pendek, (2) Untuk memasukkan bola ke mulut gawang lawan untuk membuat gol, (3) Memberikan umpan kepada teman di daerah depan gawang lawan

untuk membuat gol (operan melambung ke atas), (4) Menyapu bola di daerah pertahanan sendiri untuk mematahkan serangan lawan, mempertahankan daerah gawang sendiri.

## 2. Macam-macam Teknik Menyundul Bola

[perpustakaan.uns.ac.id](http://perpustakaan.uns.ac.id)

[digilib.uns.ac.id](http://digilib.uns.ac.id)

- a) Atas dasar arah bola dari hasil sundulan : (1) Sundulan bola ke arah depan, (2) Sundulan bola ke arah samping, (3) Sundulan bola ke arah belakang.
- b) Atas sikap badan pemain pada waktu menyundul bola: (1) Menyundul bola dalam sikap berdiri : sikap berdiri di tempat dan dengan berlari. (2) Menyundul bola dengan melompat.

## 3. Koreksi-koreksi kesalahan

- a. Pandangan mata tidak ke arah bola atau mata dipejamkan.
- b. Otot-otot leher tidak dikuatkan (dikeraskan), dagu tidak ditarik ke arah dada, dagu merapat pada leher.
- c. Menyundul bola tidak tepat pada dahi, mengenai kepala di atas dahi.

## b. Teknik Dasar Menggiring Bola

Menggiring bola adalah salah satu teknik dasar bermain sepak bola yang memiliki unsur seni dan daya tarik tersendiri, jika dibandingkan dengan teknik dasar lainnya. Pada prinsipnya menggiring bola merupakan cara menggulirkan bola ke depan secara terus menerus di atas tanah. Menggiring bola dapat diartikan seni menggunakan beberapa bagian kaki menyentuh atau menggulirkan bola terus menerus di atas tanah sambil berlari. *Dribbling* dalam kamus istilah olahraga

(Napitupulu W.P., 1982:45) diartikan sebagai gocekan; menggiring bola; membawa bola dengan mencoba melewati lawan. Sedangkan dalam kamus pintar sepakbola *dribbling* diartikan sebagai teknik dan seni membawa bola atau menggiring bola yang membutuhkan keseimbangan dan penguasaan bola yang baik serta kepercayaan diri yang besar (Tri, Septa AP, 2009:36).

Danny Mielke (2007:1) mengemukakan *dribbling* sebagai penguasaan bola dengan kaki saat bergerak di lapangan permainan. Menggiring bola yang baik adalah mempertahankan bola tetap berada di kaki dan tetap dalam kendali ketika melewati lawan. Selanjutnya Danny Mielke mendefinisikan bahwa “*dribbling* adalah metode individual yang digunakan oleh para pemain sepakbola untuk bergerak dengan bola dari satu titik ke titik lainnya”. Menggiring bola pada dasarnya adalah menendang terputus-putus atau menendang pelan-pelan, oleh karena itu bagian kaki yang dipergunakan dalam menggiring bola sama dengan bagian kaki yang dipergunakan untuk menendang bola. Tujuan menggiring bola antara lain untuk mendekati jarak ke sasaran, melewati lawan, dan menghambat permainan. (<http://www.blogger.com/feeds/3241535817782436142/posts/default>).

Menggiring bola adalah gerakan lari menggunakan kaki mendorong bola agar bergulir terus menerus di atas tanah dengan cara yang tepat sehingga bola tidak mudah diambil oleh lawan. Untuk bisa menggiring bola dengan baik harus terlebih dahulu bisa menendang dan mengontrol bola dengan baik. Dengan kata lain, seorang pemain tidak akan bisa menggiring bola dengan baik apabila belum bisa menendang dan mengontrol bola dengan baik. Satu hal yang perlu

diperhatikan di dalam latihan menggiring bola ialah setiap pemain dianjurkan menggunakan kedua kaki sebagai keperluan untuk melindungi bola terhadap serangan lawan. Pandangan tidak boleh selalu pada bola, tetapi diutamakan pengamatan situasi lapangan.

[perpustakaan.uns.ac.id](http://perpustakaan.uns.ac.id)

[digilib.uns.ac.id](http://digilib.uns.ac.id)

### 1) Prinsip-Prinsip Menggiring Bola

Menggiring bola adalah salah satu teknik dasar bermain sepak bola yang menuntut *skill* yang tinggi. Kemampuan menggiring bola cukup kompleks, sehingga untuk memiliki keterampilan menggiring bola tingkat tinggi perlu ditunjang beberapa faktor. Faktor-faktor yang dapat mempengaruhi keterampilan menggiring bola diantaranya kelincahan, kecepatan, koordinasi dan sebagainya. Seperti dikemukakan Soedjono (1985:14) bahwa kemampuan menggiring bola terdiri dari kombinasi : “(a) Kemampuan mengontrol bola, (b) Kemampuan melakukan gerakan tipu, (c) Kemampuan mengubah arah, (d) Kemampuan mengubah kecepatan”.

Teknik yang salah saat menggiring bola akan mengakibatkan bola lepas dari penguasaannya atau bola mudah direbut oleh lawan. Seorang pemain harus menguasai prinsip-prinsip menggiring bola. Gill Harvey (2003:32) menyarankan beberapa tips menggiring bola yaitu :

- a) Tegakkan kepala agar bisa melihat gerakan lawan.
- b) Pertahankan agar bola tetap dekat dengan anda saat menggiring bola.

Gunakan bagian-bagian kaki yang berbeda saat menggiring bola.

- c) Turunkan bahu dan liukkan tubuh untuk mengecoh lawan.

- d) Cobalah trik-trik gerakan dan tipuan yang berbeda agar lawang hilang keseimbangan.
- e) Jaga agar tubuh anda tetap berada diantara bola dan lawan untuk melindungi bola.
- f) Menjauhlah dari lawan secepat mungkin.

[perpustakaan.uns.ac.id](http://perpustakaan.uns.ac.id)

[digilib.uns.ac.id](http://digilib.uns.ac.id)

Prinsip-prinsip menggiring bola tersebut harus dikuasai seorang pemain saat menggiring bola. Kesalahan menggiring bola adalah suatu kegagalan yaitu kehilangan bola, sehingga memberi peluang bagi lawan untuk melakukan serangan balik. Jika saat menggiring bola mendapat hadangan dari lawan, maka untuk menunjang keberhasilan menggiring bola yaitu seorang pemain harus mampu berimprovisasi atau melakukan gerak tipu untuk mengecoh lawan. Soedjono (1985:61) menyatakan “Pemain-pemain tidak akan melakukan improvisasi dan permainan berdaya cipta, apabila mereka tidak mengalami situasi yang menyulitkan. Permainan yang berdaya cipta adalah suatu *insting* yang menanggapi situasi yang sulit”.

Menggiring bola adalah gerakan keterampilan yang sulit dilakukan. Tidak setiap pemain sepak bola mampu menggiring bola dengan baik. Tidak menutup kemungkinan, pemain yang profesional pun dapat mengalami kesalahan saat menggiring bola, sehingga bola mudah direbut lawan. Keterampilan menggiring bola dapat dicapai dengan baik, jika kesalahan-kesalahan saat menggiring bola dapat dihindari. Joseph A. Luxbacher (2000:51) menyarankan beberapa tips untuk memperbaiki kesalahan saat menggiring bola sebagai berikut :

- 1) Jaga bola agar tetap berada di bawah tubuh, serapat mungkin dengan kaki. Dari posisi tersebut mengubah arah dengan cepat dan bola selalu berada di bawah kontrol. Gunakan sentuhan yang halus saat menggiring bola.
- 2) Jangan terlalu bersemangat atau melakukan terlalu banyak gerakan tubuh yang berbeda. Kuasailah sedikit gerakan *dribble* saja dan gunakanlah untuk mengalahkan lawan.
- 3) Jaga agar kepala tetap tegak sesering mungkin saat menggiring bola. Penglihatan lapangan yang baik sama pentingnya dengan mempertahankan kontrol bola yang rapat.

Penguasaan teknik menggiring yang baik dan benar sangat penting dalam pelaksanaan menggiring bola. Jika seorang pemain telah menguasai teknik menggiring yang baik, akan meminimalkan kesalahan pada saat menggiring bola. Kesalahan yang terjadi saat menggiring bola, berarti kesempatan bagi lawan untuk merebutnya dan kesempatan bagi lawan untuk melakukan serangan balik.

## 2) Kegunaan Menggiring Bola

Kemampuan menggiring bola sangat diperlukan pada permainan sepak bola. Kemampuan menggiring bola dapat bermanfaat untuk melewati lawan, menahan bola dan memberikan operan kepada teman seregunya. Soekatamsi (1988:158) menyatakan bahwa kegunaan menggiring bola yaitu : “(1) untuk melewati lawan, (2) untuk mencari kesempatan memberikan bola umpan kepada teman dengan tepat, (3) untuk menahan bola tetap dalam penguasaan, dan (4) menyelamatkan bola apabila tidak terdapat kemungkinan atau kesempatan untuk segera memberikan operan kepada teman”.

Menggiring bola bermanfaat untuk melewati lawan, mencari kesempatan mengoper bola dengan tepat, untuk menahan bola dan menyelamatkan bola karena situasi yang tidak menguntungkan jika bola diumpan. Seorang pemain yang terampil menggiring bola dapat mendukung terciptanya gol ke gawang lawan. Pemain yang terampil menggiring bola dapat dimanfaatkan untuk mengacaukan pertahanan lawan. Pemain yang terampil menggiring bola terkadang dijaga atau dihadap lebih dari seorang pemain. Kondisi yang demikian dapat dimanfaatkan dengan cara mengoperkan bola kepada teman seregunya yang leluasa untuk melakukan tembakan ke gawang lawan.

Menggiring bola harus dilakukan pada situasi dan saat yang tepat yaitu di daerah pertahanan lawan. Joseph A. Luxbacher (2000:47) menyatakan, “Keterampilan menggiring bola yang digunakan dalam situasi yang tepat dapat merusak pertahanan lawan”. Menurut Tarigan Beltasar (2001:70) bahwa, “Melalui kemampuan yang dimiliki (menggiring bola), biasanya pemain lawan melakukan penjagaan lebih dari satu orang. Akibatnya, lawan terpaksa keluar dari posisinya untuk mencegah kecepatan dan kelincahan yang sangat berbahaya. Dalam keadaan tersebut, pemain penyerang dengan cerdikny memberikan umpan kepada temannya yang leluasa untuk menendang bola ke gawang lawan”. Menurut Gill Harvey (2003:30) bahwa, “Paling aman menggiring bola ketika anda berada di daerah lawan. Jangan sekali-kali mencoba menggiring bola di daerah gawang sendiri karena terlalu berbahaya”.

Penggiringan bola hendaknya hanya dilakukan jika keadaan bola akan diberikan kepada teman, tetapi semua teman dijaga ketat. Selain itu penggiringan

bola harus dilakukan dengan memperhatikan situasi pertandingan dengan secara cermat. Sebaiknya menggiring bola tidak dilakukan secara berlebihan dan hanya dilakukan pada saat-saat menguntungkan saja, yaitu bebas dari lawan.

“Penggiringan bola yang berlebihan pada waktu yang tidak tepat dapat menghancurkan kerja sama tim untuk menciptakan kesempatan mencetak gol.

Sebaliknya keterampilan menggiring bola yang digunakan dalam situasi yang tepat dapat merusakkan pertahanan lawan” (Joseph A. Luxbacher, 2000:47)

Penggiringan bola harus dilakukan dengan memperhatikan situasi pertandingan dan wilayah lapangan. Penggiringan bola jangan sampai dilakukan di daerah pertahanan sendiri, jika bola dapat direbut lawan akan sangat membahayakan bagi timnya, karena lawan akan dapat dengan mudah melakukan serangan yang mungkin saja dapat membuat gol. Di daerah lapangan sendiri atau daerah pertahanan sendiri terutama di daerah tendangan hukuman (*pinalty area*) dan daerah sekitarnya pemain pertahanan tidak boleh sama sekali menggiring bola, berbahaya jika direbut pemain lawan. Menurut Joseph A. Luxbacher (2000:47) bahwa, “Jangan lakukan *dribble* untuk mengalahkan lawan pada sepertiga daerah pertahanan di dekat gawang anda sendiri, jika bola lepas di daerah tersebut, lawan dengan mudah dapat mencetak gol. Namun, anda dapat menggunakan keuntungan dari keterampilan *dribble* di sepertiga daerah penyerangan di dekat gawang lawan. Jika berhasil mengalahkan lawan, anda mungkin mendapatkan kesempatan untuk mencetak gol”.

Menggiring bola tidak boleh dilakukan secara berlebihan. Penggiringan bola sebaiknya dilakukan pada saat yang tepat, dan dilakukan pada saat

diperlukan saja. Seperti misalnya, saat akan dioperkan posisi teman semuanya dijaga ketat, atau penyerang dimana di depannya kosong tidak ada pemain yang menghadang. Selain itu dalam menggiring bola tidak boleh dilakukan di daerah pertahanan sendiri.

[perpustakaan.uns.ac.id](http://perpustakaan.uns.ac.id)

[digilib.uns.ac.id](http://digilib.uns.ac.id)

### 3) Macam-Macam Cara Menggiring Bola

Teknik menggiring bola dalam permainan sepak bola, terdiri dari berbagai macam jenisnya. Macam-macam teknik menggiring bola berkembang sesuai dengan keadaan dan situasi pertandingan serta sesuai dengan kemampuan dan kebiasaan yang dimiliki oleh para pemain. Macam-macam cara menggiring bola dapat diklasifikasikan, (1) Berdasarkan pengontrolan bola, (2) Berdasarkan perkenaan bagian kaki.

#### a) Berdasarkan Pengontrolan Bola

Berdasarkan pengontrolan pemain terhadap bola, menurut Joseph A. Luxbacher (2000:47) ada dua teknik *dribble* yaitu : "menggiring bola dengan bola rapat dalam ruang yang terbatas dan menggiring bola dengan cepat untuk memasuki ruang terbuka".

#### (1) Menggiring Bola Dengan Kontrol Bola Rapat

Menggiring bola dengan kontrol bola rapat merupakan cara menggiring bola yang dilakukan dimana bola harus dikontrol secara rapat, dengan kata lain bola harus selalu dekat dengan kaki. Hal ini bertujuan untuk melindungi bola agar tidak direbut lawan. Menggiring bola dengan kontrol bola rapat dilakukan dalam situasi dimana pemain-pemain lawan memenuhi ruang gerak pemain tersebut.

Dalam melakukan menggiring bola dengan kontrol bola rapat ini sangat diperlukan kecepatan, kelincahan (kemampuan merubah kecepatan dan arah secara mendadak), kemampuan melakukan gerak tipu dan kemampuan mengontrol bola.

[perpustakaan.uns.ac.id](http://perpustakaan.uns.ac.id)

[digilib.uns.ac.id](http://digilib.uns.ac.id)

## **(2) Menggiring Bola Dengan Cepat**

Menggiring bola dengan cepat biasanya dilakukan pada saat membawa bola pada posisi yang bebas, jauh dari pemain lawan yang menghadang. Hal ini sering dilakukan oleh pemain depan setelah mendapat umpan dari teman. Jika pemain membawa bola dan jauh dari lawan maka ia harus segera menggiring bola dengan kecepatan penuh ke depan agar tidak dapat dikejar lawan. Dalam situasi demikian dalam menggiring, bola tidak perlu dikontrol dengan rapat. Bola dapat didorong dengan jarak beberapa kaki ke depan, kemudian berlari cepat ke arah bola tersebut dan kemudian mendorongnya kembali.

### **b) Berdasarkan Perkenaan Bagian Kaki**

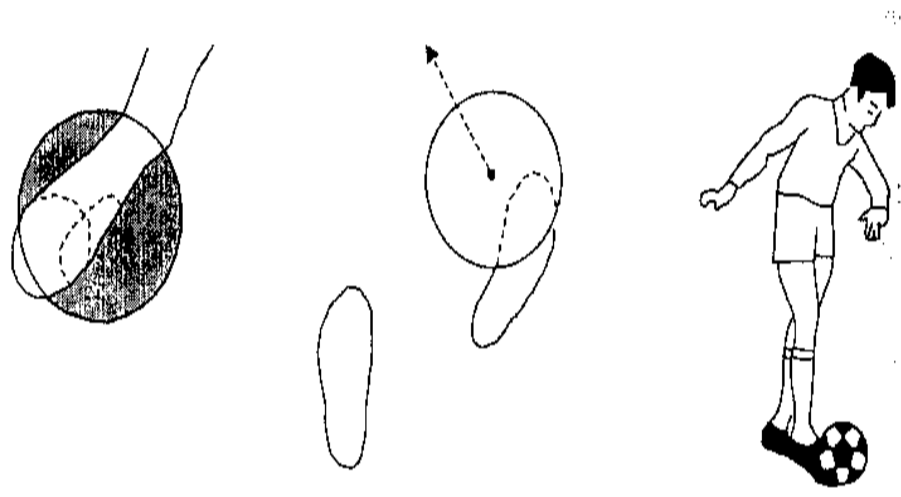
Menggiring bola dapat dilakukan dengan bermacam-macam bagian kaki. Pada prinsipnya ada tiga macam yang biasa digunakan untuk menggiring bola. Ketiga macam cara menggiring bola tersebut adalah menggiring bola dengan kura-kura kaki bagian dalam, menggiring bola dengan kura-kura kaki penuh dan menggiring bola dengan kura-kura kaki bagian luar.

#### **(1) Menggiring Bola Dengan Kura-Kura Kaki Bagian Dalam**

Menggiring bola dengan kura-kura kaki bagian dalam adalah cara menggiring bola yang dilakukan, dimana sentuhan-sentuhan untuk mendorong

bola dilakukan dengan kura-kura kaki bagian dalam. Cara menggiring bola dengan kura-kura kaki bagian dalam adalah: (a) Posisi kaki menggiring bola sama dengan posisi kaki dalam menendang dengan kura-kura kaki sebelah dalam. (b)

Kaki yang digunakan untuk menggiring bola tidak diayunkan seperti teknik menendang bola, akan tetapi tiap langkah secara teratur menyentuh atau mendorong bola tergulir ke depan dan bola harus selalu dekat dengan kaki. Dengan demikian bola mudah dikuasai dan tidak mudah direbut oleh lawan. (c) Pada saat menggiring bola lutut kedua kaki harus selalu sedikit ditekuk, dan pada waktu kaki menyentuh bola, mata melihat bola, selanjutnya melihat situasi lapangan. Gambaran pelaksanaan menggiring bola dengan kura-kura kaki bagian dalam sebagai berikut:



Gambar 2. Menggiring Bola dengan Kura-kura Kaki Bagian Dalam  
(Soekatamsi, 1988:160)

Menggiring bola dengan kaki bagian dalam memungkinkan seorang pemain untuk menggunakan sebagian besar permukaan kaki sehingga kontrol terhadap bola akan semakin besar. Walaupun sedikit mengurangi kecepatan ketika pemain melakukan *dribbling* menggunakan sisi kaki bagian dalam,

menjaga bola tetap di daerah terlindung diantara kedua kaki, akan memberikan perlindungan yang lebih baik dari lawan. Sentuhan bola dengan sisi kaki bagian dalam dan posisikan kaki secara tegak lurus terhadap bola. Tendanglah bola dengan pelan untuk mempertahankan kontrol bola dan pusatkan kekuatan tendangan pada bagian tengah bola sehingga memudahkan mengontrol arahnya.

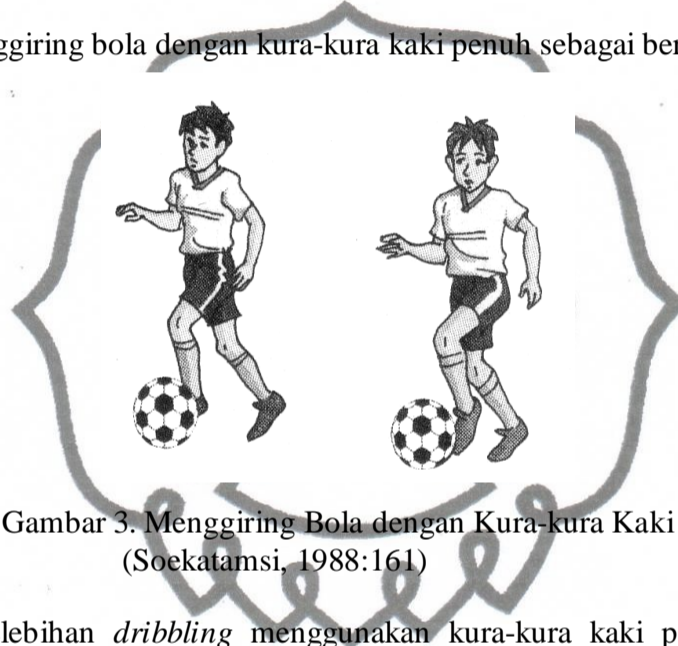
Kelebihan *dribbling* menggunakan kaki bagian dalam adalah dapat mengecoh lawan ke sebelah kanan lawan apabila menggunakan kaki kanan atau sebaliknya. Sedangkan kelemahannya adalah tidak bisa mengecoh lawan ke sebelah kiri bila menggunakan kaki kanan, begitupula sebaliknya. Teknik menggiring bola dengan kura-kura kaki bagian dalam dapat dilakukan dengan:

- 1) Posisi kaki menggiring bola sama dengan posisi kaki dalam menendang bola dengan kura-kura kaki bagian dalam.
- 2) Kaki yang dipakai untuk menggiring bola tidak diayunkan seperti teknik menendang bola, akan tetapi setiap langkah secara teratur menyentuh atau mendorong bola bergulir ke depan dan bola harus selalu dekat dengan kaki. Dengan demikian bola mudah dikuasai dan tidak mudah direbut lawan.
- 3) Pada saat menggiring bola lutut kedua kaki harus selalu sedikit ditekuk, saat kaki menyentuh bola pandangan pada bola, kemudian melihat situasi lapangan, melihat posisi lawan dan posisi teman.

Menggiring bola berputar ke arah kiri digunakan kura-kura kaki bagian dalam kaki kanan. Sesuai dengan irama lari, setiap langkah kaki kanan bola didorong dengan kura-kura kaki bagian dalam. Teknik menggiring bola ini hanya digunakan untuk membelok, berputar atau mengubah arah.

## (2) Menggiring Bola Dengan Kura-Kura Kaki Penuh

Menggiring bola dengan kura-kura kaki penuh adalah cara menggiring bola yang dilakukan, dimana sentuhan-sentuhan untuk mendorong bola dilakukan dengan kura-kura kaki penuh. Posisi kaki menggiring bola dengan kura-kura kaki penuh yaitu kaki tumpu berada di samping belakang bola dan kaki untuk menggiring bola siap melakukan posisi untuk mendorong bola dengan kura-kura kaki penuh. Sesuai dengan irama langkah lari, tiap langkah dengan kura-kura penuh bola didorong bergulir ke depan dekat dengan kaki. Menggiring bola dengan kura-kura kaki penuh ini pemain dapat membawa bola dengan cepat. Dan cara ini hanya dapat digunakan apabila di depan terdapat daerah yang bebas dari lawan dan cukup luas, hingga jarak untuk menggiring bola cukup jauh. Gambaran cara menggiring bola dengan kura-kura kaki penuh sebagai berikut:



Gambar 3. Menggiring Bola dengan Kura-kura Kaki Penuh  
(Soekatamsi, 1988:161)

Kelebihan *dribbling* menggunakan kura-kura kaki penuh adalah dapat menggiring bola dengan arah lurus apabila tidak ada lawan yang menghalangi. Sedangkan kelemahannya adalah kurang efektif untuk mengecoh lawan ke sebelah kiri atau sebelah kanan.

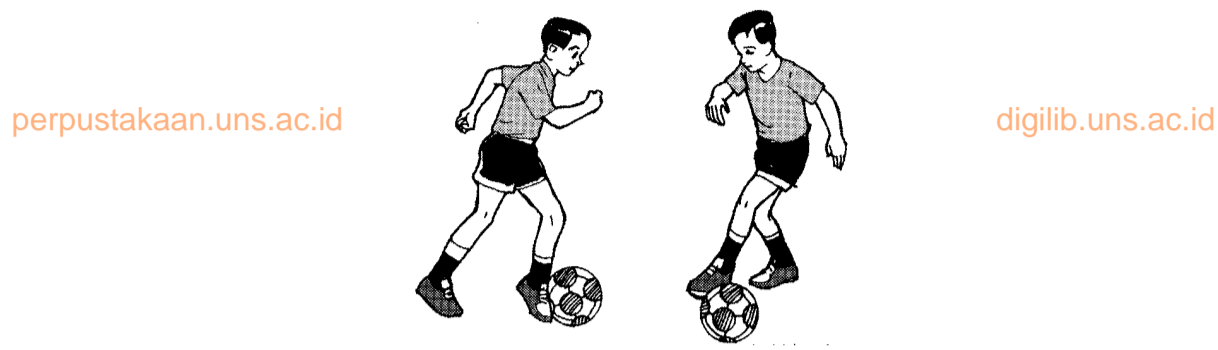
- 1) Posisi kaki menggiring bola sama dengan posisi kaki dalam menendang bola dengan kura-kura kaki penuh.
- 2) Setiap langkah secara teratur dengan kura-kura kaki penuh kaki kanan atau kaki kiri mendorong bola bergulir ke depan, dan bola harus selalu dekat dengan kaki.
- 3) Pada saat menggiring bola kedua lutut selalu sedikit ditekuk, waktu kaki menyentuh bola pandangan pada bola juga melihat situasi lapangan, posisi lawan dan posisi teman.

Dengan menggiring bola dengan kura-kura kaki penuh ini, pemain dapat membawa bola dengan cepat. Dan teknik ini hanya digunakan apabila di depan pemain terdapat daerah yang bebas dari lawan cukup luas, sehingga jarak untuk menggiring bola cukup jauh.

### **(3) Menggiring Bola Dengan Menggunakan Kura-Kura Kaki Bagian Luar**

Menggiring bola dengan kura-kura kaki bagian luar adalah cara menggiring bola yang dilakukan, dimana sentuhan-sentuhan untuk mendorong bola dilakukan dengan kura-kura kaki bagian luar. Cara menggiring bola dengan menggunakan kura-kura kaki bagian luar adalah: (a) Posisi kaki menggiring bola sama dengan posisi kaki dalam menendang bola dengan kura-kura kaki sebelah luar. (b) Setiap langkah secara teratur dengan kura-kura kaki bagian luar kaki kanan atau kaki kiri mendorong bola bergulir ke depan, dan bola harus selalu dekat dengan kaki. (c) Pada saat menggiring bola kedua lutut selalu sedikit ditekuk, waktu kaki menyentuh bola pandangan pada bola, dan selanjutnya

melihat situasi lapangan. Gambaran pelaksanaan menggiring bola dengan kura-kura kaki bagian luar sebagai berikut:



Gambar 4. Menggiring Bola dengan Kura-kura Kaki Bagian Luar  
(Soekatamsi, 1988:163)

Posisi tubuh menjadi sangat penting saat melakukan *dribbling* menggunakan sisi kaki bagian luar. Keberhasilan ditentukan oleh jarak diantara kedua kaki ketika sedang menggiring bola dan kemampuan untuk mempertahankan keseimbangan pada saat mendorong bola. Latihan yang baik melakukan menggiring bola dengan sisi kaki bagian luar adalah melangkah ke samping, atau bergeser ke samping. Menghadaplah ke depan, bergeraklah menyamping dengan tetap menjaga keseimbangan tubuh dan menggerakkan kaki. Jangan menyilangkan kaki ketika sedang bergerak, dan gunakan lengan untuk membantu menjaga keseimbangan.

Kelebihan *dribbling* menggunakan kaki bagian luar yaitu bila menggunakan kaki kanan dapat mengecoh ke sebelah kiri lawan atau sebaliknya. Sedangkan kelemahannya adalah tidak bisa mengecoh lawan ke sebelah kanan bila menggunakan kaki kanan, begitu pula sebaliknya.

- 1) Posisi kaki menggiring sama dengan posisi kaki dalam menendang bola dengan kura-kura kaki bagian luar.
- 2) Setiap langkah secara teratur dengan kura-kura kaki bagian luar kaki kanan atau kaki kiri mendorong bola bergulir ke depan, dan bola harus selalu dekat dengan kaki, sesuai dengan irama lari.
- 3) Pada saat menggiring bola kedua lutut selalu sedikit ditekuk, waktu kaki menyentuh bola pandangan pada bola dan selanjutnya melihat situasi lapangan, posisi lawan dan posisi teman.

Teknik menggiring bola dengan kura-kura kaki bagian luar ini paling banyak digunakan dalam bermain karena : (1) Bagian dari kaki yang bersentuhan dengan bola cukup luas, (2) Pemain dengan mudah dapat bergerak ke depan atau membelok, berputar, mengubah arah. Hal ini sesuai dengan arah sikap kaki pada waktu lari, (3) Pemain dapat mengontrol bola atau menguasai bola dengan baik, (4) Pemain dengan cepat mudah memberikan bola kepada teman. Menggiring bola berputar ke arah kanan digunakan kura-kura kaki bagian luar kaki kanan. Sesuai dengan irama lari, setiap langkah kaki kanan bola didorong dengan kura-kura kaki bagian luar.

Menggiring bola lurus ke depan dapat juga dilakukan dengan menggunakan kura-kura kaki bagian dalam kaki kanan dan kaki kiri secara berganti-ganti, sesuai dengan irama langkah kaki. Dengan kura-kura sebelah dalam kaki kanan bola didorong ke depan sesuai dengan langkah kaki kanan. Kemudian dilanjutkan dengan kura-kura sebelah dalam kaki kiri bola didorong ke depan sesuai dengan langkah kaki kiri, demikian seterusnya.

- 1) Dengan kura-kura bagian dalam kaki kanan, bola didorong ke depan sesuai dengan langkah kaki kanan.
- 2) Kemudian dilanjutkan dengan kura-kura bagian dalam kaki kiri, bola didorong ke depan sesuai dengan langkah kaki kiri, dan seterusnya.

[perpustakaan.uns.ac.id](http://perpustakaan.uns.ac.id)

[digilib.uns.ac.id](http://digilib.uns.ac.id)

Cara mengajarnya harus dimulai dengan menggiring bola dengan berjalan, kemudian dengan lari pelan-pelan, baru kemudian menggiring bola dengan lari sedikit cepat.

Koreksi Kesalahan-kesalahan : (a) Irama langkah lari menjadi berjingkat-jingkat, kaki yang digunakan untuk mendorong bola selalu di depan, hingga posisi badan menghadap ke samping, (b) Bola didorong terlalu jauh dari kaki, sehingga bola keluar kontrol, (c) Bola ditendang bukan didorong, sehingga bola lepas jauh di depan badan, tidak terkontrol, (d) Pandangan mata selalu melihat bola.

Menggiring bola merupakan gerakan lari dengan menggunakan bagian kaki mendorong bola agar tergulir terus-menerus di atas tanah dan bola tetap dalam pengontrolannya. Sentuhan kaki pada waktu mendorong bola dapat dilakukan dengan menggunakan kaki kiri atau kaki kanan. Setiap pemain biasanya memiliki kemampuan menggiring bola yang berbeda. Tergantung pada kebiasaan dan pembawaan tiap-tiap pemain. Ada pemain yang terbiasa menggiring bola dengan kaki kanan, sehingga ia lebih mahir menggiring bola dengan kaki kanan atau sebaliknya. Kebanyakan para pemain sepak bola lebih sering memiliki kebiasaan menggunakan kaki kanannya untuk menggiring bola dari pada kaki kirinya. Sehingga ia akan lebih mahir dan terampil melakukan

menggiring bola dengan kaki kanannya. Namun lebih baik jika pemain sepak bola dapat melakukan menggiring bola secara mahir baik dengan kaki kiri maupun dengan kaki kanan.

#### 4) Klasifikasi Keterampilan Menggiring Bola

digilib.uns.ac.id

Menggiring bola merupakan tugas gerakan keterampilan yang bersifat khusus yang memiliki karakteristik yang bersifat spesifik. Dalam mengembangkan keterampilan gerak menggiring bola perlu dipahami karakteristik dan klasifikasi gerakan menggiring bola. Waharsono (1999:73) mengemukakan bahwa keterampilan dapat diklasifikasikan menjadi 3 jenis yaitu, "(a) Klasifikasi berdasarkan kecermatan gerakan. (b) Klasifikasi berdasarkan perbedaan titik awal dan akhir gerakan dan (c) Klasifikasi berdasarkan stabilitas lingkungan". Adapun menurut Rusli Lutan (1988:193-199) bahwa, "keterampilan dapat diklasifikasikan ke dalam beberapa kategori, yaitu: (1) keterampilan kasar dan halus (*gross and fine*), (2) keterampilan diskrit, serial dan kontinu, (3) keterampilan terbuka dan tertutup (*open and closed skills*)".

Keterampilan dapat diklasifikasikan berdasarkan kecermatan gerakan. Kecermatan pelaksanaan gerakan bisa ditentukan antara lain oleh jenis otot-otot yang terlibat. Ada gerakan yang melibatkan otot-otot besar, dan ada yang melibatkan otot-otot halus. Berdasarkan kecermatan atau jenis otot-otot yang terlibat, keterampilan gerak dikategorikan menjadi 2, yaitu : (1) Keterampilan gerak agal (*gross motor skills*) adalah gerakan yang di dalam pelaksanaan otot-otot besar sebagai basis utama gerakan, contohnya ; keterampilan gerakan meloncat tinggi dan lempar lembing. (2) Keterampilan gerak halus (*fine motor*

*skills*) adalah gerakan yang di dalam pelaksanaannya melibatkan otot-otot halus sebagai basis utama gerakan, contohnya ; gerak menarik pelatuk senapan, dan pelepasan busur dalam memanah.

Pada keterampilan gerak agal diperlukan keterlibatan bagian-bagian tubuh secara keseluruhan; sedangkan pada keterampilan gerak halus hanya melibatkan sebagian dari anggota badan yang digerakkan oleh anggota badan yang digerakkan oleh otot-otot halus. Makin besar otot-otot yang terlibat dan makin banyak energi yang digunakan, maka keterampilan ini disebut keterampilan kasar, sedangkan keterampilan halus merupakan kebalikannya. Gerakan keterampilan menggiring bola merupakan perpaduan keterampilan gerak kasar dan keterampilan gerak halus.

Keterampilan dapat diklasifikasikan berdasarkan perbedaan titik awal dan akhir gerakan. Menurut Sugiyanto (1998:290) bahwa,

Berdasarkan perbedaan titik awal dan akhir gerakan keterampilan gerak bisa dibedakan menjadi 3 kategori, yaitu :

- 1) Keterampilan gerak diskret (*discrete motor skills*).
- 2) Keterampilan gerak serial (*serial motor skills*).
- 3) Keterampilan gerak kontinyu (*continuous skills*).

Keterampilan gerak diskret adalah keterampilan gerak dimana dalam pelaksanaannya bisa dibedakan secara jelas titik awal dan titik akhir dari gerakan. Keterampilan gerak serial adalah keterampilan gerak diskret yang dilakukan beberapa kali secara berlanjut. Keterampilan gerak kontinyu adalah keterampilan gerak yang tidak bisa dengan mudah ditandai titik awal atau titik akhir dari gerakannya. Contohnya adalah keterampilan gerak bermain sepakbola, tenis atau

permainan olahraga yang lain. Di sini titik awal dan titik akhir gerakan tidak mudah untuk diketahui karena merupakan rangkaian dari bermacam-macam gerakan.

Jika gerakan yang dilakukan itu kapan mulainya dan kapan berakhir jelas, maka disebut keterampilan diskret. Jika sebaliknya, maka disebut keterampilan kontinu. Adapun keterampilan serial merupakan perpaduan antara keterampilan diskret dan kontinu. Dalam hal ini gerakan keterampilan menggiring bola dapat termasuk keterampilan gerak serial dan kontinyu tergantung pada situasi dan pelaksanaan gerakannya. Gerakan menggiring bola pada umumnya dilakukan dengan berlari dan memberikan sentuhan terhadap bola secara berulang-ulang, sehingga termasuk keterampilan gerak serial. Adapun jika dilakukan dalam situasi permainan termasuk keterampilan gerak kontinyu.

Gerakan keterampilan dilakukan ada kalanya pelaku menghadapi kondisi lingkungan yang tidak berubah dan ada kalanya berubah-ubah. Berdasarkan sifat obyek dan stabilitas lingkungan sekitar, keterampilan dapat dibagi menjadi 2 macam yaitu, keterampilan keterampilan terbuka dan tertutup.

1. Keterampilan tertutup (*closed skill*) adalah keterampilan gerak dimana pelaksanaannya terjadi pada kondisi lingkungan yang tidak berubah, dan stimulus gerakannya timbul dari dalam diri si pelaku sendiri.
2. Keterampilan terbuka (*open skill*) adalah keterampilan gerak dimana dalam pelaksanaannya terjadi pada kondisi lingkungan yang berubah-ubah, dan pelaku bergerak menyesuaikan dengan stimulus yang timbul dari lingkungannya. Perubahan kondisi ini bisa bersifat kontemporal dan bersifat

spasial. Contohnya adalah dalam melakukan gerakan memukul bola yang dilambungkan. Dalam hal ini pelaku dipaksa mengamati kecepatan, arah, dan jarak bola; kemudian menyesuaikan pukulannya.

Keterampilan tertutup yaitu keterampilan yang dilakukan pada lingkungan yang tetap dan tidak berubah-ubah. Keterampilan terbuka merupakan keterampilan yang dilakukan pada lingkungan yang berubah-ubah. Permainan sepakbola cukup dinamis, gerakan dan arah bola dalam permainan berubah-ubah. Berdasarkan keadaan ini, maka keterampilan menggiring bola dalam permainan sepakbola dapat diklasifikasikan ke dalam jenis keterampilan terbuka, karena dilakukan pada obyek dan lingkungan yang berubah-ubah.

#### **b. Pembelajaran Keterampilan Menggiring Bola**

Pembelajaran keterampilan memiliki ciri khusus jika dibandingkan dengan pembelajaran lainnya, karena berhubungan langsung dengan aktivitas fisik siswa. Keterampilan gerak merupakan perubahan yang diperoleh dari proses belajar motorik atau belajar gerak.

Belajar adalah suatu usaha sadar yang dilakukan oleh individu dalam perubahan tingkah laku baik melalui latihan dan pengalaman yang menyangkut aspek-aspek kognitif, afektif, dan psikomotor untuk memperoleh tujuan tertentu (Aunurrahman, 2009:35). Belajar merupakan sesuatu yang kompleks, yang menyangkut bukan hanya kegiatan berpikir atau mencari pengetahuan, melainkan juga menyangkut gerak tubuh dan emosi serta perasaan.

Belajar adalah seperangkat yang bertalian dengan latihan atau pengalaman yang mengantarkan kearah perubahan yang permanen dalam prilaku terampil. Gerak dapat diartikan sebagai perubahan tempat, posisi, kecepatan tubuh atau bagian tubuh manusia yang terjadi dalam suatu dimensi ruang dan waktu serta dapat diamati secara objektif (Taufik Hidayah, 2009).

Pengertian tentang belajar gerak tidak terlepas dari pengertian belajar pada umumnya. Belajar gerak merupakan sebagian dari belajar. Belajar melibatkan aktivitas emosi dan perasaan, serta aktivitas gerak fisik. Belajar yang menekankan pada aktivitas berpikir disebut belajar kognitif. Belajar yang menekankan pada aktivitas emosi dan perasaan disebut belajar afektif. Sedangkan belajar yang menekankan pada aktivitas gerak tubuh disebut belajar gerak.

Belajar gerak adalah belajar yang diwujudkan melalui respon-respon muskular yang diekspresikan dalam gerakan tubuh atau bagian tubuh (Sugiyanto, 2000:7.37). Di dalam pendidikan jasmani, belajar gerak berperan dalam aspek-aspek pengembangan keterampilan gerak tubuh, penguasaan pola-pola gerak keterampilan olahraga, dan pengekspresian pola-pola prilaku personal dan interpersonal yang baik di dalam pertandingan.

Peranan belajar gerak dalam pendidikan jasmani dilihat dari segi aspek fisik adalah aspek yang pertama untuk meningkatkan kemampuan fisik, sedangkan aspek yang kedua untuk meningkatkan kualitas gerak tubuh. Untuk meningkatkan kemampuan fisik, kegiatan yang dilakukan perlu mengacu pada prinsip-prinsip latihan fisik (*physical training*); sedangkan untuk meningkatkan kualitas gerak,

kegiatan yang dilakukan perlu mengacu pada prinsip-prinsip belajar gerak (*motor learning*).

Perkembangan koordinasi gerak tubuh merupakan kunci perkembangan penguasaan berbagai macam gerak keterampilan. Koordinasi adalah kemampuan [perpustakaan.uns.ac.id](http://perpustakaan.uns.ac.id) untuk mengontrol gerakan tubuh (Waharsono, 1999:52). Seseorang dikatakan [digilib.uns.ac.id](http://digilib.uns.ac.id) koordinasinya baik apabila ia mampu bergerak dengan mudah, lancar dalam rangkaian gerakannya, serta iramanya terkontrol dengan baik. Orang yang koordinasinya baik mampu melakukan gerakan secara efisien, sehingga pada umumnya mampu melakukan aktivitas gerak fisik dengan baik. Dengan demikian penelitian tentang koordinasi selalu dikaitkan dengan pelaksanaan gerak keterampilan tertentu. Cara mengukur koordinasi biasa dilakukan melalui penelitian keberhasilan dalam melakukan berbagai pola gerak keterampilan yang mencakup unsur kemampuan mengontrol tubuh, keseimbangan, kelincahan dan fleksibilitas. Macam-macam keterampilan bisa berbentuk gerakan memegang, memukul, melempar, menangkap, menyepak, menggiring bola, memantulkan bola, dan berbagai gerakan mengubah posisi tubuh secara cepat.

Koordinasi dan kontrol tubuh yang baik akan meningkatkan keterampilan dalam melakukan gerakan. Keterampilan gerak bisa diartikan sebagai kemampuan untuk melaksanakan tugas gerakan tertentu dengan baik. Semakin baik penguasaan gerak keterampilan maka pelaksanaan tugas semakin efisien. Dengan kata lain bahwa efisiensi pelaksanaan diperlukan untuk melakukan gerakan keterampilan. Efisiensi pelaksanaan bisa dicapai apabila secara mekanis gerakan

anak-anak dengan benar. Apabila gerakan keterampilan bisa dikuasai, maka yang menguasai dikatakan terampil.

Proses belajar dan berlatih diperlukan untuk menguasai keterampilan gerakan. Gerakan biasa dikuasai dengan baik apabila dipraktikkan berulang-ulang. Jangka waktu yang diperlukan untuk pelaksanaan proses belajar dan berlatih untuk setiap kategori gerakan keterampilan tidak sama. Semakin kompleks gerakan keterampilan yang dipelajari akan memerlukan waktu yang lebih lama. Lamanya waktu yang diperlukan bukan hanya tergantung pada kompleksnya gerakan, tetapi juga dipengaruhi oleh bakat si pelajar.

### 1) Indikator-Indikator Keterampilan

Tujuan utama proses belajar gerak adalah meningkatkan keterampilan. Keterampilan gerak bisa diartikan sebagai kemampuan untuk melaksanakan tugas-tugas gerak tertentu dengan baik. Gerakan yang baik adalah gerakan yang memiliki kriteria efektif dan efisien. Lebih jauh dapat dikatakan bahwa keterampilan dipandang sebagai satu tugas dan keterampilan yang memiliki derajat atau tingkatan kriteria tertentu. Rink seperti dikutip Rusli Lutan & Adang Suherman (2000:56) menyatakan bahwa,

Ada tiga indikator gerak terampil yaitu,

- (1) Efektif artinya sesuai dengan produk yang diinginkan dengan kata lain *product oriented*.
- (2) Efisien artinya sesuai dengan proses yang seharusnya dilakukan dengan kata lain *process oriented*.
- (3) Adaptif artinya sesuai dengan situasi dan kondisi lingkungan dimana gerak tersebut dilakukan.

Indikator kualitas yang harus dipenuhi sebagai gerak terampil meliputi efektif, efisien dan adaptif. Keterampilan menggiring bola merupakan kualitas penampilan pemain dalam melakukan tugas gerak menggiring bola dalam permainan sepakbola. Gerakan menggiring bola yang baik adalah gerakan menggiring bola yang efektif, efisien dan adaptif. Semakin baik penguasaan gerak keterampilan menggiring bola maka pelaksanaannya makin efektif, efisien dan adaptif. Untuk dapat menguasai keterampilan gerak menggiring bola dengan baik, harus melalui proses pembelajaran.

Berdasarkan uraian di atas dapat dikemukakan bahwa, pembelajaran keterampilan merupakan proses yang dilakukan untuk meningkatkan tingkat efisiensi dan efektifitas dalam melakukan gerakan yang kompleks, yang di dalam melaksanakannya memerlukan koordinasi beberapa bagian tubuh atau bagian-bagian tubuh secara keseluruhan, untuk memperoleh keberhasilan sesuai dengan situasi yang dihadapi.

## 2) Tahapan Pembelajaran Keterampilan

Penguasaan suatu keterampilan tidak dapat dicapai dengan mudah, tetapi diperlukan proses latihan yang cukup panjang. Pencapaian penguasaan suatu keterampilan melalui proses yang terdiri dari tiga tahapan atau fase yaitu, "(1) *fase kognitif*, (2) *fase asosiatif*, dan (3) *Fase otonom*" (Sugiyanto, 1998:315). Masing-masing tahapan memiliki karakteristik yang berbeda.

*Fase kognitif* merupakan fase awal dari proses belajar gerak. Perkembangan yang menonjol dalam fase awal ini yaitu daya pikir siswa, dimana siswa mengetahui dan memahami mengenai konsep gerakan yang dipelajari. Dalam

tahap awal belajar keterampilan gerak pemain harus mengetahui dan memahami gerak yang benar dari informasi verbal dan bayangan (*visual*). Informasi tentang gerakan yang dipelajari ditangkap melalui indera, kemudian diproses dalam mekanisme perseptual. Selanjutnya gerakan yang akan dilakukan terkonsep di dalam pikiran.

*Fase asosiatif* yaitu suatu fase menghubungkan-hubungkan bagian-bagian gerakan yang telah mampu dilakukan sebelumnya. *Fase asosiatif* merupakan bagian penting dari proses belajar gerak, karena berkaitan dengan kemampuan merangkaikan gerakan yang dipelajari secara terpadu. Dalam tahap *asosiatif* pemain telah menguasai gerak yang benar, tetapi belum menjadi gerak otomatis. Dengan praktek berulang-ulang suatu gerakan makin dapat dikuasai. Kesalahan-kesalahan yang dilakukan semakin berkurang. Tahap akhir dalam proses belajar keterampilan gerak adalah tahap otonom. Pada tahap otonom ini gerakan-gerakan keterampilan sudah mampu dilakukan hampir otomatis. Gerakan dapat dilakukan dengan lancar, tidak terputus-putus, akurat, penampilan terbaiknya bisa dicapai secara ajeg. Otomatisasi gerakan ini dapat dicapai melalui latihan secara teratur dan berulang-ulang.

### 3) Faktor dan Kondisi Yang Mempengaruhi Hasil Belajar Keterampilan

Keberhasilan pelaksanaan proses belajar-mengajar merupakan unsur penting dalam pencapaian tujuan pembelajaran. Belajar keterampilan memerlukan kondisi-kondisi dan faktor-faktor yang mendukung sehingga dapat

menunjang pencapaian hasil pembelajaran. Rusli Lutan (1988:382) mengemukakan bahwa,

Unsur pokok yang terdapat dalam proses belajar-mengajar itu ialah :

- 1) Guru atau pelatih yang berpengetahuan, berpengalaman, dan terampil.
- 2) Siswa atau atlet yang sedang berkembang.
- 3) Informasi atau keterampilan.
- 4) Saluran atau metode penyampaian informasi/keterampilan.
- 5) Respon atau perubahan perilaku pada siswa/atlet.

Unsur-unsur di atas menentukan terhadap hasil pembelajaran keterampilan yang akan dicapai. Pengajar atau guru merupakan salah satu unsur yang memiliki peranan penting dalam mencapai keberhasilan dalam proses belajar-mengajar keterampilan. Pengajar harus mampu mengelola dan menguasai berbagai komponen yang terdapat dalam proses belajar-mengajar. Pengajar juga harus dapat mengembangkan bentuk atau metode pembelajaran yang dilakukan untuk mencapai tujuan yang diinginkan.

Penggunaan metode mengajar yang baik ikut menentukan terhadap keberhasilan dalam pembelajaran. Metode mengajar adalah suatu cara yang digunakan sebagai alat untuk mencapai tujuan pengajaran. Metode mengajar merupakan alat instruksional yang digunakan pengajar untuk mencapai tujuan pengajaran. Penggunaan metode yang efektif dan efisien akan sangat membantu dalam menciptakan pengalaman belajar siswa. Dengan metode yang tepat, siswa akan dapat dengan mudah menerima materi pengajaran yang diberikan guru, sehingga siswa dengan mudah pula menguasai materi yang diberikan tersebut.

Pembelajaran merupakan penciptaan kondisi belajar sehingga dapat tercipta pengalaman belajar yang mendukung terhadap pencapaian tujuan yang

diharapkan. Kondisi belajar sangat menentukan terhadap hasil belajar. Secara umum kondisi-kondisi yang dapat mempengaruhi hasil belajar keterampilan gerak diklasifikasikan menjadi dua yaitu "kondisi internal dan kondisi eksternal" (Sugiyanto, 1998:324).

[perpustakaan.uns.ac.id](http://perpustakaan.uns.ac.id)

[digilib.uns.ac.id](http://digilib.uns.ac.id)

Kondisi internal merupakan keadaan yang seharusnya ada pada diri si pelajar. Menurut Sugiyanto (1998:325) bahwa, "kondisi internal dalam belajar gerak meliputi dua macam yaitu (1) pelajar harus mengingat bagian-bagian gerakan keterampilan, (2) pelajar harus mengingat urutan-urutan rangkaian gerakan". Suatu keterampilan gerak pada dasarnya merupakan perpaduan dari bagian-bagian gerakan tertentu yang terangkai secara selaras. Agar keseluruhan gerak dapat dipelajari bagian-bagian yang menjadi unsurnya dan harus dapat diingat serta dilakukan kembali. Untuk mencapai keselarasan gerak, urutan rangkaian gerak harus diingat untuk ditampilkan kembali, oleh karena itu rangkaian gerak harus dipelajari.

Kondisi eksternal merupakan rangsangan atau stimulus dari luar diri pelajar yang dikenakan pada diri pelajar agar proses belajar dapat terjadi. Menurut Sugiyanto (1998:325) bahwa, "kondisi eksternal meliputi 4 macam yaitu (1) sajian instruksi verbal, (2) sajian instruksi visual, (3) kegiatan praktik dan (4) penyampaian umpan balik".

Instruksi verbal dalam belajar gerak adalah instruksi melalui kata-kata berupa penjelasan mengenai gerakan yang dipelajari. Instruksi verbal memberikan rangsangan melalui organ pendengaran yang berguna untuk memberikan pengarahan tentang hal-hal yang harus dikerjakan. Pada

kenyataannya melalui sajian verbal saja belum cukup untuk memberikan kejelasan pada siswa. Umumnya masih memerlukan kondisi eksternal lainnya berupa sajian instruksi visual.

Sajian instruksi visual yaitu pengajaran dimana materi pelajaran disajikan dalam bentuk sajian yang dapat dilihat. Sajian instruksi visual yang diberikan berupa sajian model gerakan dapat berupa model hidup atau model gambar.

Praktik merupakan kondisi eksternal dalam belajar gerak berupa aktivitas mempraktikkan atau melaksanakan gerakan-gerakan yang dipelajari. Tanpa praktik yang berulang-ulang keterampilan gerak tidak akan dapat dikuasai. Kegiatan praktik yang berulang-ulang dapat memperlancar dan membentuk otomatisasi gerakan.

Umpan balik merupakan masukan yang diterima pelajar sehubungan dengan apa yang telah dilakukannya. Menurut Sugiyanto (1998:330) bahwa, "umpan balik bisa berasal dari 2 macam sumber, yaitu bersumber dari dalam diri pelajar sendiri (internal) dan bersumber dari luar diri pelajar (eksternal)". Umpan balik memegang peranan penting untuk meningkatkan taraf kebenaran gerakan.

#### 4) Metodik Pembelajaran Keterampilan

Tujuan pembelajaran keterampilan adalah terbentuknya keterampilan gerakan secara otomatis dan reflektif. Untuk mencapai tujuan tersebut pelatih harus menyiapkan dan menciptakan lingkungan pembelajaran sebaik-baiknya. Dalam memberikan materi pembelajaran, pelatih juga harus dapat menggunakan metodik melatih yang benar. Suharno HP. (1993:68) mengemukakan bahwa,

Melatih keterampilan dalam olahraga secara metodis dapat diurutkan sebagai berikut :

- (a) Memberikan gambaran pengertian yang benar melalui penjelasan lisan (informasi verbal).
- (b) Memberikan contoh/demonstrasi yang benar antara lain dengan :
  - (1) Contoh langsung dari pelatih.
  - (2) Contoh dari atlet yang dianggap baik.
  - (3) Contoh dengan gambar seri/foto.
  - (4) Contoh dengan film/video.
- (c) Atlet/pemimpin disuruh melaksanakan gerak dengan formasi-formasi yang ditentukan oleh pelatih.
- (d) Pelatih mengoreksi dan membetulkan kesalahan-kesalahan baik bersifat perorangan maupun kelompok.
- (e) Atlet/pemain disuruh mengulangi kembali sebanyak mungkin untuk mencapai gerakan otomatis yang benar.
- (f) Pelatih mengevaluasi terhadap hasil yang sudah dapat dicapai pada saat itu.

Dalam memberikan materi pembelajaran teknik sepakbola, pelatih harus memperhatikan metodik tersebut. Dengan metodik yang benar maka akan dapat diperoleh hasil secara optimal.

Evaluasi dan perbaikan kesalahan merupakan salah satu prinsip yang penting dalam pelaksanaan latihan keterampilan. Dalam pelaksanaan latihan, khususnya latihan teknik seringkali terjadi kesalahan, jika kesalahan itu dibiarkan saja maka kesalahan tersebut dapat menjadi kebiasaan sehingga akan lebih sulit untuk diperbaiki. Berkaitan dengan metodik perbaikan kesalahan ini, Yusuf Hadisasmita & Aip Syarifuddin (1996:140) mengemukakan bahwa, “Kalau atlet sering melakukan kesalahan gerak, maka pada waktu memperbaiki kesalahan

tersebut, pelatih harus menekankan pada penyebab terjadinya kesalahan. Pelatih harus berusaha untuk secara cermat mencari dan menemukan sebab-sebab timbulnya kesalahan”.

Dalam perbaikan kesalahan, peranan pembina atau pelatih dalam proses latihan cukup besar. Pembina atau pelatih perlu mengidentifikasi kesalahan-kesalahan yang dilakukan pemain, dan selanjutnya diberikan pembetulan. Selama proses pembelajaran menggiring bola, koreksi dan pembetulan gerakan yang dilakukan pemain perlu diberikan secara terus-menerus agar hasilnya lebih optimal.

## 2. Pendekatan Pembelajaran

Pendekatan (*approach*) dapat diartikan sebagai titik tolak atau sudut pandang kita terhadap proses pembelajaran (Wina Sanjaya, 2008:127). Selanjutnya dijelaskan istilah pendekatan merujuk kepada pandangan tentang terjadinya suatu proses yang sifatnya masih sangat umum. Oleh karenanya strategi dan metode pembelajaran yang digunakan dapat bersumber atau tergantung dari pendekatan dalam pembelajaran, yaitu pendekatan yang berpusat pada guru (*teacher-centered approaches*) dan pendekatan yang berpusat pada siswa (*student-centered approach*). Pendekatan yang berpusat pada guru menurunkan strategi pembelajaran langsung (*direct instruction*), pembelajaran deduktif atau pembelajaran *ekspositori*. Sedangkan, pendekatan pembelajaran yang berpusat pada siswa menurunkan strategi pembelajaran *discovery* dan *inkuiri* serta strategi pembelajaran induktif.

Efektivitas pengajaran sangat ditentukan oleh pendekatan pengajaran yang dipilih guru atas dasar pengetahuan guru terhadap sifat keterampilan atau tugas gerak yang akan dipelajari oleh siswa. Berdasarkan sifat tugas gerak yang ada, pendekatan mengajar bisa dibedakan menjadi dua pendekatan yaitu pendekatan pengajaran langsung dan tak langsung (Samsudin, 2008:30).

Dalam mempelajari keterampilan teknik menggiring bola diperlukan bentuk dan penataan lingkungan pembelajaran yang sesuai. Pembelajaran menggiring bola dapat dilakukan dengan bentuk, situasi dan susunan posisi pemain yang bermacam-macam. Bentuk-bentuk pembelajaran yang dapat dilakukan untuk meningkatkan keterampilan menggiring bola, menurut Soekatamsi (1988:164) diantaranya adalah : (1) Lari menggiring bola kemudian berputar membalik, (2) Lari menggiring bola kemudian berputar (membelok) ke kanan, (3) Lari menggiring bola kemudian berputar (membelok) ke kiri, (4) Gabungan dari latihan (1), (2) dan (3)". Adapun menurut Joseph A. Luxbacher (1997:57-59) bentuk latihan menggiring bola diantaranya yaitu : "(1) Latihan dribble individual, (2) Dribble slalom, (3) Dribble relay dengan cepat".

Di samping bentuk-bentuk tersebut, masih banyak lagi bentuk pembelajaran menggiring bola yang dapat digunakan, seperti pembelajaran menggiring dengan formasi melingkar, permainan menggiring bola tiga pemain dengan posisi segi tiga, permainan menggiring bola melalui rintangan dan sebagainya. Pengajar/Pelatih dapat membuat posisi dan bentuk pembelajaran menggiring bola secara bervariasi, agar jalannya pembelajaran menjadi lebih menarik dan menyenangkan. Dengan melalui pembelajaran yang sistematis,

teratur dan kontinyu serta dengan bentuk pembelajaran yang sesuai, maka penguasaan keterampilan teknik menggiring bola akan dapat tercapai.

Bentuk-bentuk pembelajaran atau latihan dapat dilaksanakan dengan prosedur yang berbeda. Prosedur pembelajaran keterampilan, khususnya dalam permainan sepak bola dapat dilakukan dengan pendekatan bermain dan pendekatan berlatih. Pendekatan bermain dan pendekatan latihan, secara praktis sering digunakan dalam pelaksanaan pembelajaran menggiring bola. Dengan melalui pembelajaran yang sistematis, teratur dan kontinyu serta dengan pendekatan yang sesuai, maka penguasaan keterampilan menggiring bola akan dapat tercapai.

#### **a. Pembelajaran Dengan Pendekatan Bermain (*Game Approach*)**

Anak-anak belajar dengan bermain. Anak-anak belajar dengan banyak bergerak dan mendapatkan kemajuan belajar seiring dengan bertambahnya usia. Pendekatan bermain dirancang untuk menghasilkan kesenangan, tantangan, kreativitas, pemecahan masalah, dan motivasi. Pendekatan bermain menyentuh inti dari keinginan anak-anak dan mendorong semua hal yang bisa didapat melalui bermain, meliputi bermain peran, peniruan, dan pengambilan resiko. Pendekatan bermain akan membuat siswa tetap tertarik pada sepakbola, juga mengembangkan kreativitas siswa, meningkatkan kemampuan dalam mengambil keputusan, serta meningkatkan kemampuan fisik mereka (Fleck, Tom. 2007:1).

Pendekatan bermain adalah salah satu bentuk dari sebuah pembelajaran jasmani yang dapat diberikan di segala jenjang pendidikan. Hanya saja, porsi dan

bentuk pendekatan bermain yang akan diberikan, harus disesuaikan dengan aspek yang ada dalam kurikulum. Selain itu harus dipertimbangkan juga faktor usia, perkembangan fisik, dan jenjang pendidikan yang sedang dijalani oleh mereka.

(Sukminawati Ela, 2008).

[perpustakaan.uns.ac.id](http://perpustakaan.uns.ac.id)

[digilib.uns.ac.id](http://digilib.uns.ac.id)

Pendekatan bermain adalah suatu pola belajar yang dipergunakan dalam proses pembelajaran dengan mempergunakan teknik pendekatan mengajar yang dilakukan dalam bentuk-bentuk bermain dan dengan materi permainan yang bervariasi, dimana siswa dibagi dalam dua kelompok-kelompok tertentu, kemudian bermain baik pada lapangan yang telah dimodifikasi maupun pada lapangan yang sebenarnya.

Bermain adalah suatu kegiatan yang menyenangkan dan sangat disukai oleh para siswa. Bermain yang dilakukan secara tertata, mempunyai manfaat yang besar bagi perkembangan siswa. Bermain dapat memberikan pengalaman belajar yang sangat berharga untuk siswa. Pengalaman itu bisa berupa membina hubungan dengan sesama teman dan menyalurkan perasaan yang tertekan (Yudha, M. Saputra, 2001:6).

#### **1) Bermain Sebagai Pendekatan Pembelajaran**

Pendekatan bermain adalah pembelajaran yang diberikan dalam bentuk atau situasi permainan. Dalam kaitannya dengan pembelajaran keterampilan olahraga, maka pendekatan bermain merupakan salah satu cara pembelajaran yang memberikan situasi dan kondisi yang kondusif bagi pertumbuhan dan perkembangan gerak, serta keterampilan siswa. Dengan adanya kesempatan untuk

mengeksplorasi lingkungan, maka pendekatan bermain merupakan dasar bagi perkembangan gerak yang sehat termasuk perkembangan mental anak

Bermain dapat meningkatkan motivasi dan menggembirakan, di samping dapat digunakan sebagai salah satu bentuk aktifitas jasmani untuk pembelajaran. Di dalam bermain terkandung nilai pendidikan sehingga perlu dimanfaatkan sebagai upaya menuju pendewasaan melalui pemberian rangsangan yang bersifat menyeluruh, meliputi aspek fisik, mental, sosial dan moral yang berguna pada pencapaian pertumbuhan dan perkembangan secara normal dan wajar.

Pembina atau pelatih dapat memanfaatkan pendekatan bermain sebagai alat untuk pembelajaran keterampilan tertentu. Melalui bermain anak dapat memperoleh pengetahuan dan keterampilan melalui kegiatan bermain, dengan arti kata belajar sambil bermain. Orientasi dari belajar gerak tidak hanya pada usaha untuk mengembangkan berbagai keterampilan gerak, melainkan juga pada perkembangan keseluruhan anak didik.

Bentuk-bentuk permainan yang dipilih secara cermat merupakan bagian yang sangat berarti dalam program pembelajaran dan memiliki sumbangan nyata bagi perkembangan anak-anak secara menyeluruh. Bentuk permainan yang dapat diterapkan dalam pembelajaran menggiring bola yaitu dalam bentuk pertandingan. Bentuk bermain dalam bentuk pertandingan ini dapat disebut agon (Rusli Lutan, 1991:5). Lebih lanjut Rusli Lutan (1991:5) menyatakan bahwa, "agon merupakan jenis permainan yang mencakup semua bentuk permainan yang bersifat pertandingan atau perlombaan".

Bermain dapat meningkatkan motivasi dan menggembirakan, di samping dapat digunakan sebagai salah satu bentuk aktifitas jasmani untuk mengajar. Bentuk-bentuk permainan yang dipilih secara cermat merupakan bagian yang sangat berarti dalam program pendidikan jasmani dan memiliki sumbangan nyata bagi perkembangan anak-anak secara menyeluruh.

Permainan merupakan cara untuk menggiring pesertanya berkompetisi, seperti untuk mencapai kemenangan yang peraturannya telah disepakati terlebih dahulu. Adanya sifat kompetitif ini membawa peserta merasa tertantang untuk memperoleh kemajuan dan berusaha mengatasi setiap problem yang ia temui dalam permainan. Sedangkan dengan adanya peraturan dapat menumbuhkan sikap disiplin, saling menghargai dan bertanggung jawab dalam mentaati peraturan yang berlaku secara seksama.

Selama pembelajaran siswa aktif bergerak meskipun dia tidak sedang menguasai bola. Dengan demikian, aktivitas gerak anak pada pendekatan bermain lebih banyak dibandingkan dengan pendekatan latihan. Dengan demikian, pendekatan bermain merupakan pendekatan yang cocok digunakan dalam pembelajaran sepak bola karena sesuai dengan minat dan keinginan anak. Dengan pendekatan bermain banyak hal yang diperoleh anak, baik dari segi kesehatan, pengembangan kepribadian, kreatifitas, maupun sikap sosialnya.

Bagi siswa sekolah sepak bola permainan merupakan kegiatan yang menarik dan menyenangkan, sehingga bentuk permainan akan dapat meningkatkan gairah dan motivasi mereka untuk menguasai teknik yang diberikan. Pembelajaran ini harus dirancang secara sederhana dengan aturan-

aturan yang dapat dipahami oleh anak sehingga mereka dapat bermain dengan baik dan tujuan pembelajaran dapat dicapai.

Permainan merupakan cara untuk menciptakan suasana kompetitif pada siswa, seperti untuk mencapai kemenangan yang peraturannya telah disepakati terlebih dahulu. Motivasi atau dorongan belajar berperan penting bagi tercapainya tujuan pembelajaran, oleh karena itu pelajar perlu ditumbuhkan motivasi dan semangat belajarnya. Motivasi belajar dapat ditumbuhkan diantaranya melalui penciptaan rasa kompetitif. Sugiyanto (1998:330) mengemukakan bahwa, "Mengenai semangat berusaha bisa ditimbulkan atau ditingkatkan antara lain melalui cara menciptakan suasana kompetitif di antara pelajar. Dengan adanya suasana kompetitif, pelajar akan berusaha berbuat sebaik-baiknya untuk bisa lebih baik dari teman-teman yang lain".

Adanya sifat kompetitif ini membawa peserta merasa tertantang untuk memperoleh kemajuan dan berusaha mengatasi setiap problem yang ia temui dalam permainan. Sedangkan dengan adanya peraturan dapat menumbuhkan kembangkan sikap disiplin, saling menghargai dan bertanggung jawab dalam mentaati peraturan yang berlaku secara seksama. Terciptanya situasi yang kompetitif ini dapat meningkatkan semangat dan motivasi siswa untuk melakukan aktivitas gerak dengan sebaik-baiknya.

## **2) Manfaat Pembelajaran Dengan Pendekatan Bermain**

Guru diharapkan dapat melahirkan ide mengenai cara memanfaatkan kegiatan bermain untuk mengembangkan bermacam-macam aspek perkembangan siswa tingkat sekolah dasar. Aspek yang dikembangkan mencakup fisik, motorik,

sosial, emosional, kepribadian, kognisi, keterampilan olahraga, dan sebagainya. Selanjutnya Yudha M. Saputra juga mengklasifikasikan beberapa manfaat bermain:

(a) Manfaat Bermain Untuk Perkembangan Fisik

[perpustakaan.uns.ac.id](http://perpustakaan.uns.ac.id)

[digilib.uns.ac.id](http://digilib.uns.ac.id)

Apabila siswa memperoleh kesempatan untuk melakukan untuk melakukan kegiatan yang melibatkan banyak gerakan tubuh, maka tubuh siswa tersebut akan menjadi sehat, otot-otot tubuh akan tumbuh menjadi kuat. Siswa dapat menyalurkan energi yang berlebihan dengan aktivitas bermain sehingga ia tidak merasa gelisah. Dalam melakukan kegiatan bermain, siswa tidak dibatasi dengan aturan-aturan yang mengikatnya. Oleh karena itu, agar kegiatan bermain memberikan sumbangan yang positif bagi perkembangan fisik siswa, maka guru dapat merancang kegiatan bermain yang konstruktif bagi perkembangan fisik siswa.

(b) Manfaat Bermain Untuk Perkembangan Motorik

Aspek motorik kasar, seperti; jalan, lari, lempar, dan lompat dapat dikembangkan melalui kegiatan bermain. Salah satu contohnya adalah tampak pada saat kita amati siswa yang lari kejar-kejaran untuk menangkap temannya. Pada awalnya, ia belum terampil untuk berlari, tetapi dengan bermain kejar-kejaran, maka siswa kemudian berminat untuk melakukannya, dan menjadi lebih terampil dalam berlari. Jadi, keteraturan dalam beraktivitas, siswa mengalami perkembangan tingkat kemampuannya dalam aspek motorik halus maupun motorik kasar. Kedua keterampilan akan berkembang melalui

pengalaman belajar yang kaya dan kesempatan yang banyak bagi siswa untuk melakukannya dengan penuh keceriaan.

(c) Manfaat Bermain Untuk Perkembangan Sosial

Biasanya, kegiatan bermain dilakukan oleh siswa dengan teman sebayanya. Siswa akan belajar berbagi hak milik, menggunakan mainan secara bergiliran, melakukan kegiatan bersama, mempertahankan hubungan yang sudah terbina, atau mencari cara pemecahan masalah yang dihadapi dengan teman mainnya. Perkembangan sosial pada siswa tingkat sekolah dasar sedang memasuki masa pencarian jati diri. Mereka akan selalu mencari teman sebaya untuk bisa berafiliasi suatu sama lainnya. Pengalaman belajar yang disuguhkan melalui pendekatan bermain biasanya mampu memenuhi keinginan siswa untuk berafiliasi. Dengan rancangan pengajaran yang kreatif, pengalaman itu akan berhasil merangsang perkembangan sikap sosial para siswa.

(d) Manfaat Bermain Untuk Perkembangan Emosi

Bagi siswa di tingkat sekolah dasar, bermain merupakan suatu kebutuhan. Tidak ada siswa yang tidak suka bermain. Melalui bermain, siswa dapat melepaskan ketegangan yang dialaminya. Misalnya, siswa yang sering gagal untuk meraih prestasi belajar yang baik, ia dapat bermain peran, seakan-akan ia menjadi siswa terpandai.

Dari kegiatan bermain yang dilakukan bersama sekelompok teman, siswa akan mempunyai penilaian terhadap dirinya tentang kelebihan yang

dimiliki, sehingga dapat membantu pembentukan konsep diri kearah yang lebih positif.

(e) Manfaat Bermain Untuk Pengembangan Keterampilan Olahraga

Apabila siswa terampil berlari, melempar, dan melompat, maka ia lebih siap menekuni bidang olahraga tertentu pada saatnya nanti. Jadi, kalau siswa terampil melakukan kegiatan tersebut, ia lebih percaya diri dan merasa mampu melakukan gerakan yang lebih sulit. Kegiatan-kegiatan yang relevan dengan perkembangan siswa adalah atletik. Atletik memiliki kegiatan yang khas, yakni jalan, lari, lempar, dan lompat. Kegiatan ini akan menjadi fondasi bagi siswa dalam berolahraga. Begitu juga dalam permainan sepak bola, yang menjadi dasar penguasaan keterampilan bermain sepak bola adalah menendang, menahan, menyundul dan menggiring bola. Khususnya dalam konteks pembelajaran pendidikan jasmani, perlu ditata secara serius mengenai permainan sepakbola terutama menggiring bola yang bernuansa pada permainan.

Bermain merupakan konsep yang berkaitan dengan manusia sebagai makhluk bermain. Bermain adalah setiap kegiatan yang dilakukan secara suka rela tanpa memperhitungkan hasil akhir. Pada anak-anak sebagian besar waktunya digunakan untuk bermain, kegiatan bermain dilakukan dengan suka rela artinya tidak ada paksaan dari orang lain. Bermain menekankan pada kesenangan tanpa mempertimbangkan hasil akhir. Pendekatan pembelajaran bermain diartikan suatu pembelajaran yang disajikan dalam bentuk dan situasi bermain. Paradigma baru

bermain ternyata memberikan kontribusi yang besar terhadap perkembangan dan pertumbuhan anak.

Pendekatan bermain mempunyai kelebihan anak dapat bergerak secara bebas, tidak menjemukan, penuh keceriaan dan tanpa banyak larangan serta sesuai dengan akselerasi pengembangan. Kelemahan pendekatan pembelajaran bermain adalah kematangan teknik kurang baik.

#### **b. Pembelajaran Dengan Pendekatan Latihan (*Practice Approach*)**

Pendekatan pembelajaran latihan merupakan suatu pelajaran untuk mengembangkan latihan, dimana “latihan adalah proses yang sistematis yang dilakukan secara berulang-ulang dengan beban dan intensitas latihan makin hari makin bertambah”. (Yusuf Hadisasmita & Aif Syarifuddin, 1996:126). Pendekatan latihan merupakan suatu pelajaran untuk mengembangkan latihan (Tangkudung James, 2006:50). Pendekatan latihan (*Practice Approach*) diartikan sebagai pembelajaran dengan sistem, tata urutan, jadwal, jumlah ulangan telah diorganisasi dalam suatu program. Program diberikan kepada anak secara sistematis, berurutan, berulang-ulang dan kian bertambah bebannya.

Latihan teknik memiliki ciri-ciri yang bersifat khusus. Adapun ciri-ciri pembelajaran teknik menurut Suharno HP. (1993:43) adalah sebagai berikut :

- 1) Pada dasarnya teknik relevan dengan cabang olahraga.
- 2) Ulangan gerakan (repetition) biasanya banyak.
- 3) Gerakan dari yang mudah ke gerakan yang sukar, serta gerakan dari bagian ke keseluruhan atau sebaliknya.
- 4) Semua gerakan diawali dengan daya pikir kemudian ke otomatisasi gerakan teknik.

Tujuan pembelajaran teknik adalah untuk mengotomatisasikan gerak sesuai dengan teknik yang diperlukan dalam olahraga yang dikembangkan. Pembelajaran teknik menggiring bola dalam permainan sepakbola, adalah pembelajaran yang bertujuan untuk mengembangkan penguasaan gerak menggiring bola dalam permainan sepakbola.

Pembelajaran yang dilakukan untuk meningkatkan kemampuan menggiring bola harus dilakukan secara berulang-ulang dengan berdasarkan prinsip-prinsip pembelajaran yang benar. Dalam melakukan latihan, menurut Jef Sneyers (1988:11) bahwa :

Ada beberapa hal yang harus diperhatikan oleh pelatih :

- (1) Ulangilah melatih suatu gerakan, sampai terlihat dapat dikuasai dengan sempurna.
- (2) Perbaikilah segera kalau ada gerakan yang salah.
- (3) Adakan variasi pada materi pembelajaran. Gerakannya sendiri tetap sama, akan tetapi dilakukan dalam situasi dan susunan yang saling berbeda.
- (4) Dalam sepakbola, suatu gerakan tidak pernah berdiri sendiri, tetapi selalu diikuti gerakan yang lain. Misalnya, kalau bola kita kuasai, maka akan kita lanjutkan dengan sebuah operan, atau tembakan ke arah gawang lawan.

Tujuan pembelajaran teknik adalah terbentuknya keterampilan gerakan secara otomatis dan reflektif. Otomatisasi gerakan dapat terbentuk melalui pengulangan secara sistematis. Oleh karena itu, pembelajaran yang dilakukan untuk meningkatkan keterampilan menggiring bola harus dilakukan secara berulang-ulang dengan berdasarkan prinsip-prinsip gerakan yang benar. Melalui pengulangan dengan berdasarkan prinsip gerakan yang benar tersebut maka akan dapat dihasilkan otomatisasi gerakan menggiring dengan gerakan yang benar.

Pendekatan latihan adalah suatu pola belajar yang dipergunakan dalam proses pembelajaran dengan mempergunakan teknik pendekatan mengajar yang dilakukan dalam bentuk-bentuk pengulangan dari suatu jenis gerakan, dimana siswa hanya mengulang atau melakukan gerakan-gerakan yang telah diinstruksikan oleh guru.

Tidak ada cara lain untuk menguasai keterampilan, kecuali dengan berlatih. Melalui latihan, keterampilan dapat dikuasai dan akhirnya melekat sampai mahir. Tentu saja cara berlatihnya pun harus benar, sebab ini merupakan pangkal untuk menguasai keterampilan dengan baik. Sebelum latihan berlangsung, guru menjelaskan cara melaksanakan latihan. Misalnya, berapa lama tugas gerak dilaksanakan, berapa kali gerakannya dilakukan. Seperti halnya dalam penyampaian informasi dan demonstrasi, penyampaian tuntunan cara berlatih, juga perlu di cek kembali. Apakah siswa sudah paham atau belum. Umpan balik ini penting, karena sangat berguna untuk memastikan, bahwa siswa sudah paham atau belum tentang cara melaksanakan latihan.

Pertanda utama dari proses pengajaran yang efektif adalah berapa banyak kesempatan atau curahan waktu siswa untuk berlatih. Guru harus memperoleh gambaran, berapa banyak latihan dilakukan. Demikian pula halnya pengaturan giliran, sehingga semua anak memperoleh kesempatan.

Pendekatan latihan menggunakan prinsip agar supaya anak mampu menguasai keterampilan bermain sepakbola dengan melakukan pengulangan-pengulangan. Prinsip pengulangan gerakan akan memberikan ransangan pada seluruh komponen otot untuk bergerak secara otomatis. Permainan sepakbola

memiliki variasi gerakan yang beraneka ragam teknik dasar. Program pembelajaran hendaknya mampu mengorganisasi keragaman teknik dasar, sehingga penyajian di lapangan akan mudah diterima oleh siswa. Analisis teknik dasar sangat penting karena analisis ini akan diurai menjadi bagian-bagian yang kemudian diajarkan kepada anak sesuai jadwal dan ulangan.

Pelaksanaan pembelajaran menggiring bola dengan pendekatan latihan adalah cara pembelajaran teknik menggiring bola yang dilakukan secara berulang-ulang dalam bentuk dan tata urutan pelaksanaan yang tetap sesuai dengan yang telah ditentukan sebelumnya. Organisasi pembelajaran diatur sedemikian rupa sehingga siswa memiliki kesempatan yang sama untuk melakukan setiap materi yang diajarkan dengan beban yang diatur secara bertahap.

Siswa diatur agar tiap siswa mendapat kesempatan untuk melakukan gerakan yang diajarkan secara bergantian. Untuk meningkatkan penguasaan teknik menggiring yang diajarkan, maka bentuk latihan ini dikembangkan dalam bentuk rangkaian latihan. Pembelajaran melalui latihan digunakan dalam pencapaian tujuan terhadap kemampuan elemen-elemen teknik baik yang dilakukan secara terpisah maupun kombinasi dari elemen-elemen teknik yang saling berhubungan.

Berlatih merupakan pendekatan yang lebih sistematis untuk meningkatkan keterampilan menggiring bola. Kesalahan teknik melalui pendekatan latihan dapat dideteksi secara lebih dini misalnya apabila siswa tidak dapat melakukan menggiring yang tepat ke suatu sasaran, maka dapat dengan segera dikoreksi.

Tetapi dalam pendekatan latihan, siswa yang aktif bergerak hanyalah yang sedang mendapat giliran, sedangkan siswa yang lain memperhatikan kawannya yang sedang berlatih sambil menunggu gilirannya tiba.

Aktifitas gerak lebih rendah jika dibandingkan dengan pendekatan bermain. Dari setiap bentuk latihan yang diberikan, siswa belum menemui situasi sebagaimana bentuk permainan yang sebenarnya. Siswa tidak menjumpai rintangan dari siswa lainnya yang membuat kesulitan dalam pelaksanaan teknik sebagaimana yang terjadi dalam permainan. Semangat kompetisi yang terjadi dalam permainan juga tidak dapat dirasakan siswa dalam pembelajaran dengan pendekatan berlatih. Pendekatan berlatih ini bagi anak-anak seringkali sangat membosankan, sehingga motivasinya untuk mempelajari keterampilan teknik kurang.

Pembelajaran dengan pendekatan latihan memberikan anak mendapat kesempatan, materi, dan pembebanan yang sama. Anak yang mendapatkan giliran saja yang aktif bergerak, sedangkan anak lainnya menunggu diam tanpa melakukan gerakan. Frekwensi yang diterima masing-masing anak rendah. Pendekatan latihan tidak memberikan ransangan kepada anak untuk bergerak. Sebagai akibat ransangan gerak kurang maka penguasaan keterampilan gerak tidak cepat dikuasai. Petunjuk dan bimbingan yang diberikan oleh pengajar kadang kurang cepat dipahami anak karena aspek kognisi anak masih rendah. Petunjuk dan bimbingan kadang-kadang bahkan menimbulkan kejemuhan, karena sifat anak masih suka kebebasan dan kurang perhatian. Secara psikologis penggunaan pendekatan latihan ini kurang sesuai dengan akselerasi

perkembangan anak, oleh karena itu seorang guru harus mampu menciptakan kondisi dan situasi yang tenang dan penuh perhatian, manakala memberikan penjelasan dan bimbingan. Program latihan disusun secara sistematis dan berurutan dalam pelaksanaan, sehingga tidak menimbulkan sifat kompetisi dan interaksi yang efektif.

Pendekatan latihan banyak mengandung kelemahan, tetapi juga memiliki kelebihan. Kekurangan pendekatan ini antara lain aktivitas gerak anak rendah, orientasi terhadap umur perkembangan kurang mendapat perhatian dan siswa kurang mendapat tantangan dan rintangan. Kelebihan pendekatan ini adalah kebenaran dalam penguasaan teknik dasar lebih tinggi, kematangan teknik dasar lebih baik, karena pembelajaran melalui pengulangan yang konstan. Kelebihan dan kekurangan pendekatan latihan ini memiliki implikasi dalam pembelajaran.

### 3. Kemampuan Gerak (*Motor Ability*)

#### a. Batasan Kemampuan Gerak

Kemampuan gerak (*Motor Ability*) secara singkat didefinisikan sebagai kemampuan yang umum dari seseorang untuk bergerak (Nurhasan, 2000:6.3). Sedangkan Rusli Lutan (1988:96), menguraikan kemampuan motorik sebagai kapasitas dari seseorang yang berkaitan dengan pelaksanaan dan peragaan dari suatu keterampilan yang relatif melekat setelah masa kanak-kanak. Lebih lanjut dijelaskan bahwa pengaruh faktor biologis sebagai kekuatan yang utama berpengaruh terhadap kemampuan motorik dasar seseorang. Kemampuan motorik (*motor ability*) dasar itulah sebagai landasan bagi perkembangan keterampilan.

Selain itu keterampilan banyak tergantung pada kemampuan dasar. Kemampuan dasar antara lain : keseimbangan, kecepatan reaksi, fleksibilitas, koordinasi, daya ledak, kelincahan ketepatan, daya tahan dan stamina.

Singer (1981:36), mengatakan sebagian besar kita sangat percaya bahwa ada beberapa faktor yang memberikan sumbangan untuk dapat menghasilkan penampilan keterampilan gerak yang tinggi adalah (1) proses pembelajaran,(2) siswa, dan (3) situasi belajar. Lebih lanjut dikatakan, bahwa dua di antara ketiga faktor tersebut di atas yakni faktor siswa dan proses pembelajaran memberikan sumbangan yang sangat besar terhadap penampilan keterampilan gerak seseorang. Dalam uraiannya tentang faktor siswa (individu) yang berpengaruh dalam penampilan keterampilan gerak seseorang, salah satunya disebutkan faktor *motor ability*. Perbedaan kemampuan gerak yang ada pada siswa, harus menjadi pertimbangan sebagai suatu faktor yang menentukan dalam belajar keterampilan gerakan-gerakan olahraga umumnya dan dalam mempelajari keterampilan gerak teknik dasar menggiring bola khususnya. Perbedaan siswa dalam hal kemampuan gerak akan menjadi pertimbangan yang sangat penting ketika guru memilih dan menentukan pendekatan pembelajaran yang sesuai dengan karakter dari masing-masing siswa. Dengan perbedaan ini, maka pada dasarnya setiap siswa memerlukan perlakuan yang berbeda dalam proses belajarnya agar masing-masing bisa mencapai hasil yang optimal sesuai dengan potensi yang dimilikinya.

Secara potensial setiap individu memiliki kemampuan gerak yang berbeda. Perbedaan kemampuan gerak akan mempunyai implikasi terhadap hasil pembelajaran. Secara umum kemampuan gerak dipengaruhi variabel keturunan

dan lingkungan. Variabel ini akan mempunyai pengaruh kepada potensial siswa dalam pencapaian berbagai usaha. *Motor ability* berarti bersifat potensial, karena bersifat potensial maka dapat digunakan memprediksi kemampuan seseorang anak. Guna memprediksi seorang anak diperlukan pengukuran kemampuan gerak (*measurement motor ability*). “*Motor Ability Test* telah dikembangkan oleh para ahli seperti Cozens, Scott’s dan Barrow’s (Singer, 1981:216), dan masih banyak bentuk tes lainnya. Lebih lanjut dijelaskan oleh Singer bahwa *motor ability test* mempunyai kegunaan untuk mengklasifikasikan dan memprediksi seseorang dalam keberhasilan kegiatan fisik.

#### **b. Peran Kemampuan Gerak Dalam Belajar Keterampilan**

Kemampuan gerak merupakan dasar pembentukan semua keterampilan gerak, termasuk keterampilan menggiring bola. Kemampuan gerak yang baik menunjang kecepatan proses belajar keterampilan. Belajar keterampilan merupakan proses yang berisikan aktivitas atau kejadian untuk mempelajari atau menguasai suatu jenis gerakan keterampilan. Keterampilan gerak adalah kualitas gerakan yang ditampilkan yang merupakan hasil dari proses belajar motorik atau belajar gerak. Schmidt yang dikutip Rusli Lutan (1988:102) mengemukakan bahwa, "belajar motorik adalah seperangkat proses yang bertalian dengan latihan atau pengalaman yang mengantarkan ke arah perubahan permanen dalam perilaku terampil".

Dalam mempelajari suatu gerak keterampilan diperlukan jangka waktu tertentu. Lama waktu yang diperlukan untuk mempelajari suatu keterampilan

dipengaruhi kompleksitas gerakan keterampilan yang dipelajari dan kemampuan dasar anak.

Kemampuan gerak (*motor ability*) merupakan unsur pembentuk keterampilan gerak. Kemampuan gerak merupakan fundamen penting untuk mempelajari suatu keterampilan gerak. Kemampuan gerak mendasari keterampilan, dimana kemampuan tersebut disimpulkan dari tanggapan atau respon tertentu untuk jenis tugas yang tertentu pula. Jadi jelas bahwa, kemampuan gerak mempunyai pertalian dengan keterampilan.

*Motor ability* merupakan dasar pembentukan keterampilan menggiring bola. Siswa yang memiliki dasar kemampuan motorik yang baik, akan memiliki kemampuan yang lebih cepat dalam mempelajari keterampilan menggiring bola. Siswa yang memiliki dasar kemampuan motorik yang baik, relatif lebih cepat dapat mempelajari suatu keterampilan dari pada siswa yang dasar kemampuan motoriknya rendah.

Kemampuan motorik merupakan dasar umum yang berkaitan erat dengan keterampilan gerak termasuk keterampilan menggiring bola. Kemampuan motorik merupakan dasar pembentukan keterampilan gerak menggiring bola, sehingga proses belajar keterampilan menggiring bola lebih cepat jika didukung dengan kemampuan motorik yang baik. Kemampuan motorik juga merupakan unsur fisik pendukung bagi pelaksanaan gerak menggiring bola. Kemampuan motorik yang baik dapat meningkatkan kualitas keterampilan gerak.

Penelitian ini menggunakan kemampuan gerak sebagai variabel atribut. Guna melihat apakah ada perbedaan pengaruh seseorang anak yang memiliki

kemampuan gerak tinggi dan gerak rendah terhadap hasil pembelajaran kemampuan menggiring bola pada permainan sepak bola. Mengapa dibagi kemampuan gerak tinggi dan rendah, karena suatu kecenderungan bahwa anak yang memiliki kemampuan gerak tinggi mempunyai karakteristik gerak berbeda dengan mereka yang memiliki kemampuan gerak rendah. Implikasinya adalah anak yang memiliki kemampuan gerak tinggi memiliki kecenderungan suka bergerak walaupun tanpa diperintah, mempunyai pengalaman kerja yang banyak, dengan demikian lebih cocok pada pendekatan pembelajaran bermain. Anak-anak memiliki kemampuan rendah memiliki kecenderungan malas bergerak, pengalaman gerak rendah dan untuk bergerak perlu bimbingan dan didorong secara terus menerus dengan demikian yang lebih cocok melalui pendekatan pembelajaran latihan.

Model-model tes kemampuan gerak, banyak dan beraneka ragam. Guna mengklasifikasikan kemampuan gerak anak *Barrow motor ability test* dipilih sebagai instrumen dalam mengklasifikasikan kemampuan gerak anak. Test ini dipilih karena memiliki kelebihan antara lain: jumlah mata tes sedikit, mudah dilaksanakan, memiliki validitas dan reliabilitas tinggi, keakuratan dan ketepatan cukup meyakinkan artinya bahwa tes ini betul-betul mengukur apa yang harus diukur. Jenis item tes ini terdiri dari : (1) *standing broad jump*, (2) *soft ball throw*, (3) *zigzag run*, (4) *wall pass*, (5) *medicine ball put*, (6) *60 yard dash* (Johnson, B. L. & Nelson, J.K., 1986:362-366).

## B. Penelitian Relevan

Sugiyana (2002) meneliti tentang pengaruh metode praktik, kemampuan gerak dan kelompok umur terhadap keterampilan bermain sepakbola. Hasil dari penelitian tersebut adalah tidak ada pengaruh interaksi antara metode praktik, kemampuan gerak, dan kelompok umur terhadap keterampilan bermain sepak bola.

Pomo Warih Adi (2007) meneliti tentang pengaruh metode pembelajaran, kemampuan gerak dasar dan kelompok umur, terhadap keterampilan teknik dasar bermain sepakbola. Hasil dari penelitian tersebut menunjukkan bahwa ada interaksi antara gaya mengajar komando dan latihan, kemampuan dasar tinggi dan rendah, dan kelompok umur terhadap keterampilan bermain sepakbola.

## C. Kerangka Pemikiran

### 1. Perbedaan Pengaruh Pendekatan Bermain dan Latihan Terhadap Hasil Belajar Keterampilan Menggiring Bola Pada Permainan Sepakbola

Penelitian ini menggunakan orang coba siswa sekolah dasar, karakteristik anak usia sekolah dasar adalah suka bermain tanpa banyak ikatan, larangan dan *game* tersebut menggunakan aturan yang sederhana. Pembelajaran gerak hendaknya sesuai dengan tahap-tahap perkembangan anak. Hasil pembelajaran yang baik hanya bisa didapat dari anak yang sudah matang untuk menerima pembelajaran. Pendekatan bermain memiliki karakteristik bahwa *game* sederhana, tidak banyak peraturan, menggemirakan, tidak membutuhkan tingkat pemahaman yang tinggi dan memiliki sifat kompetisi yang tinggi. Pendekatan bermain apabila dilihat dari aspek kognisi

belum memerlukan tingkat yang tinggi. Karakteristik siswa sekolah dasar ada kemiripan dengan pendekatan bermain. Pendekatan latihan merupakan teknik pembelajaran materi diorganisir sedemikian rupa sehingga pelaksanaan secara sistematis. Proses pembelajaran seperti ini memerlukan tingkat pemahaman yang tinggi, banyak larangan, dan sifat kompetisi sangat rendah.

Pembelajaran menggiring bola dengan pendekatan bermain dapat membangkitkan motivasi siswa dalam belajar. Hal ini dikarenakan bahwa bermain merupakan kegiatan yang menarik dan menyenangkan. Dengan bermain, maka siswa memiliki motivasi dan kesungguhan dalam melakukan setiap tugas gerak. Melalui permainan siswa dapat memperoleh keterampilan yang diharapkan. Dengan demikian pembelajaran melalui pendekatan bermain ini mampu mendorong siswa untuk mencapai perolehan hasil belajar menggiring secara optimal. Selama permainan siswa selalu siap dan aktif untuk melakukan gerakan menggiring bola untuk mencapai tujuan permainan. Situasi ini memberi peluang bagi siswa untuk mengembangkan kemampuan berpikir dan bertindak secara cepat dan tepat dalam melakukan setiap tugas. Hal ini menuntut pelaksanaan teknik yang benar. Tetapi dalam situasi permainan kesalahan teknik gerakan lebih sulit dideteksi dan dikoreksi.

Latihan merupakan salah satu pendekatan yang dapat diterapkan untuk mempelajari keterampilan gerak. Selama latihan tugas gerak yang akan dilakukan oleh siswa telah ditentukan oleh pembina dan pelatih. Hal ini kurang memberi peluang bagi siswa untuk berpikir saat melakukan tugas gerak yang diberikan, karena gerakan-gerakan yang akan dilakukan telah disusun sedemikian rupa sehingga siswa hanya melakukannya sesuai dengan petunjuk. Pembelajaran ini tidak menuntut

keaktivitas yang tinggi dalam melaksanakan tugas gerak yang diajarkan. Pelaksanaan tugas latihan dilakukan secara bergantian dimana setiap siswa harus menunggu gilirannya untuk melakukan tugas tersebut. Keadaan ini akan dapat membawa kebosanan bagi siswa apalagi kalau bola yang tersedia hanya sedikit sehingga dia harus menunggu dalam waktu yang agak lama. Timbulnya kebosanan, sehingga dengan sendirinya akan mengurangi motivasi belajar yang pada akhirnya akan membawa hasil belajar yang rendah. Kegiatan latihan merupakan juga aktivitas yang dilakukan dengan pola tertentu, dimana siswa harus mengikuti pola yang ditentukan pembina dan pelatih. Motivasi siswa untuk melakukan latihan tidak sama. Siswa yang keinginannya untuk dapat bermain sepak bola besar, maka memiliki motivasi yang besar, sedangkan siswa yang keinginannya untuk dapat bermain sepak bola kecil, maka motivasinya juga kecil.

Pendekatan bermain ada kecenderungan lebih cocok digunakan pembelajaran pada anak usia sekolah dasar, karena pendekatan ini tidak memerlukan aspek kognisi yang banyak, sesuai akselerasi perkembangan, sifat kompetisi dan frekuensi gerak lebih tinggi. Frekuensi gerak yang tinggi merangsang anak untuk selalu bergerak. Pendekatan pembelajaran bermain ini memiliki kelemahan, kematangan teknik kurang, karena teknik diberikan secara keseluruhan sambil bermain. Pendekatan latihan memiliki kelebihan dalam penguasaan teknik, karena dalam pelaksanaan pembelajaran sejumlah materi yang ada selalu dilakukan anak bagian per bagian dan diulang secara konstan, kelemahannya adalah anak lebih banyak diam sambil menunggu giliran.

## 2. Perbedaan Hasil Belajar Keterampilan Menggiring Bola Antara Siswa Yang Memiliki Kemampuan Gerak Tinggi dan Rendah

Indikator tingkat kemampuan gerak ditunjukkan dari tes kemampuan gerak (*General Motor Ability Test*). Tes yang digunakan untuk mengetahui kemampuan gerak adalah *Barrow Motor Ability Test*. Hasil tes ini sudah dirubah menjadi *t score* dibagi menjadi dua kelompok *Mean total t score*. Anak yang memiliki hasil tes di atas *Mean* kemampuan gerak tinggi dan anak yang memiliki hasil tes di bawah *Mean* kemampuan gerak rendah. Perbedaan kemampuan gerak ini memiliki implikasi bahwa anak yang memiliki kemampuan gerak tinggi, anak tersebut memiliki pengalaman gerak banyak, suka bergerak, lincah, dan gerakan-gerakannya memiliki fleksibilitas yang tinggi. Pada anak yang memiliki kemampuan gerak tinggi cenderung partisipasi dalam pembelajaran gerak tinggi. Partisipasi pembelajaran gerak tinggi akan memiliki hasil tinggi dalam pembelajaran keterampilan. Berbeda anak yang memiliki kemampuan gerak rendah biasanya malas bergerak, menunggu perintah untuk bergerak, gerakan-gerakannya kaku dan partisipasi dalam pembelajaran cenderung rendah. Partisipasi yang rendah implikasinya memiliki hasil yang rendah dalam pembelajaran gerak keterampilan.

Kemampuan gerak merupakan dasar pembentukan keterampilan menggiring bola. Belajar keterampilan gerak merupakan proses yang bertalian dengan latihan atau pengalaman yang mengantarkan ke arah perubahan permanen dalam perilaku gerak terampil. Kemampuan gerak merupakan fundamen penting untuk mempelajari suatu keterampilan gerak. Dalam mempelajari gerak keterampilan diperlukan jangka waktu tertentu. Lama waktu yang diperlukan untuk mempelajari keterampilan

dipengaruhi kompleksitas gerakan keterampilan yang dipelajari dan kemampuan dasar siswa. Kemampuan motorik merupakan dasar dalam pembentukan keterampilan menggiring bola. Kemampuan motorik merupakan dasar pembentukan keterampilan gerak menggiring bola, sehingga proses belajar keterampilan menggiring bola lebih cepat jika didukung dengan kemampuan motorik yang baik. Kemampuan motorik juga merupakan unsur fisik pendukung bagi pelaksanaan gerak menggiring bola, sehingga kemampuan motorik yang baik dapat meningkatkan kualitas keterampilan gerak menggiring bola.

Keterampilan menggiring bola pada permainan sepakbola memiliki unsur gerak yang tinggi, oleh sebab itu dibutuhkan tingkat keterampilan yang tinggi pula. Hasil tes keterampilan gerak dapat digunakan untuk memprediksi tingkat keberhasilan pembelajaran. Penelitian ini akan menggunakan keterampilan gerak sebagai variabel untuk memprediksi hasil pembelajaran. Uraian di atas dapat dipergunakan sebagai bahan untuk menyusun kerangka pemikiran bahwa seseorang yang memiliki kemampuan gerak tinggi memiliki kecenderungan partisipasi tinggi dalam pembelajaran. Partisipasi yang tinggi memiliki implikasi hasil pembelajaran yang tinggi pula. Apabila partisipasi rendah, maka kecenderungannya memiliki hasil pembelajaran yang rendah pula.

### **3. Pengaruh Interaksi Antara Pendekatan Pembelajaran Dan Kemampuan Gerak Terhadap Hasil Belajar Keterampilan Menggiring Bola**

Setiap siswa memiliki kemampuan gerak yang berbeda-beda. Sebagaimana yang telah diuraikan di atas bahwa perbedaan tingkat kemampuan gerak merupakan perbedaan kemampuan dasar umum yang telah ada dalam diri siswa yang merupakan

perbedaan karakteristik secara individu dari masing-masing siswa. Tingkat kemampuan gerak ini akan berpengaruh terhadap hasil belajar kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola. Hal ini membawa kepada pemikiran untuk menentukan suatu pendekatan pembelajaran yang sesuai dengan kemampuan gerak yang dimiliki oleh siswa.

Penggunaan pendekatan bermain membawa siswa dalam situasi bermain yang sebenarnya. Situasi bermain akan memberikan motivasi bagi siswa yang memiliki kemampuan gerak tinggi, karena mereka relatif lebih mudah dalam melakukan tugas gerak keterampilan yang baru, sehingga pada akhirnya mereka dapat menampilkan gerakan yang sesuai dengan potensinya dan kebutuhan permainan. Pembelajaran melalui pendekatan latihan, aktivitas siswa agak kurang karena siswa hanya dituntut mengikuti gerakan sesuai bentuk dan tata urutan yang tetap atau monoton. Dengan demikian siswa akan merasa cepat bosan karena kurang termotivasi dan kurang tertantang. Meskipun siswa memiliki kemampuan gerak tinggi, karena merasa kurang tertantang, maka hasil belajar kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola yang dicapai oleh siswa akan terbatas.

Sebaliknya bagi siswa yang memiliki kemampuan gerak rendah penerapan pendekatan bermain kurang menguntungkan, situasi bermain kurang membantu baginya untuk meningkatkan kemampuan menggiring bola. Dengan kemampuan gerak rendah siswa akan relatif lebih sulit beradaptasi pada tugas gerak keterampilan yang baru, karena mereka belum memiliki kesiapan kemampuan gerak untuk pelaksanaan keterampilan gerak yang baru tersebut. Dalam kondisi seperti ini

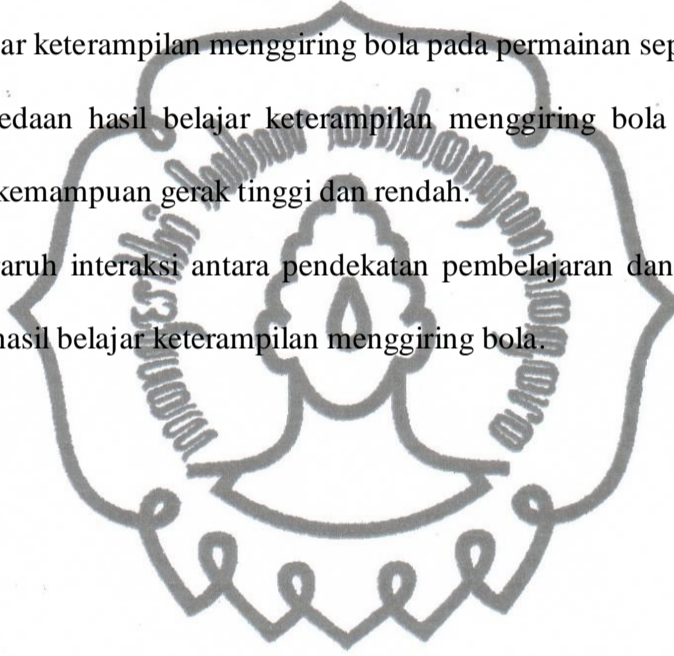
pendekatan latihan lebih tepat digunakan dalam memberikan situasi yang dibutuhkan untuk kemampuan menggiring bola.

Dengan demikian dari uraian tersebut, maka dapat diduga terdapat interaksi antara pendekatan pembelajaran dan kemampuan gerak terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola.

#### D. Hipotesis

Berdasarkan uraian di atas kerangka berpikir dan penjelasan mengenai perbedaan pendekatan bermain dan latihan dalam hubungannya dengan kemampuan gerak, maka hipotesis dalam penelitian ini adalah :

1. Ada perbedaan pengaruh pendekatan pembelajaran bermain dan latihan terhadap hasil belajar keterampilan menggiring bola pada permainan sepakbola.
2. Ada perbedaan hasil belajar keterampilan menggiring bola antara siswa yang memiliki kemampuan gerak tinggi dan rendah.
3. Ada pengaruh interaksi antara pendekatan pembelajaran dan kemampuan gerak terhadap hasil belajar keterampilan menggiring bola.



## BAB IV

### HASIL PENELITIAN

Dalam bab ini disajikan mengenai hasil penelitian beserta interpretasinya. Penyajian hasil penelitian adalah berdasarkan analisis statistik yang dilakukan pada tes awal dan tes akhir keterampilan menggiring bola pada permainan sepakbola. Berturut-turut berikut disajikan mengenai deskripsi data, uji persyaratan analisis, pengujian hipotesis dan pembahasan hasil penelitian.

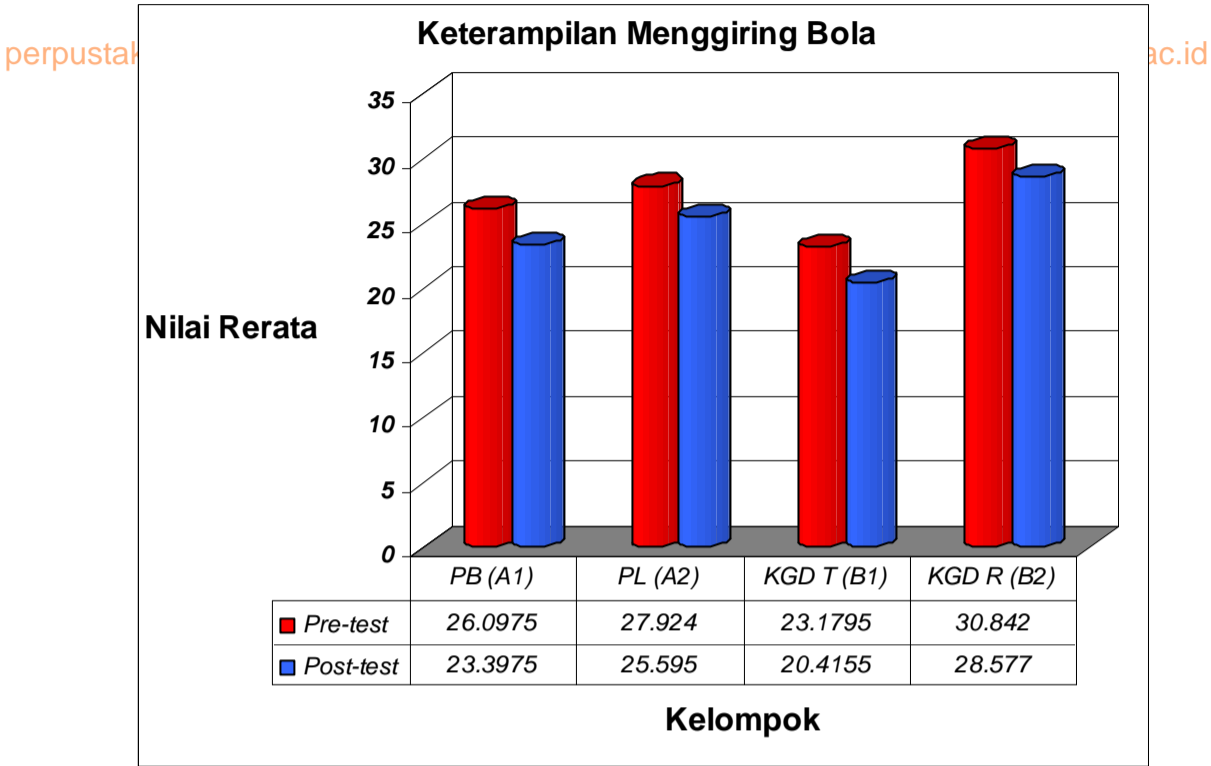
#### A. Deskripsi Data

Deskripsi hasil analisis data keterampilan menggiring bola pada permainan sepakbola yang dilakukan sesuai dengan kelompok yang dibandingkan disajikan sebagai berikut:



Tabel 4. Deskripsi Data Hasil Tes Keterampilan Menggiring Bola Pada Permainan Sepakbola Tiap Kelompok Berdasarkan Penggunaan Pendekatan Pembelajaran Dan Tingkat Kemampuan Gerak.

Perlakuan	Tingkat Kemampuan Gerak	Statistik	Hasil Tes Awal	Hasil Tes Akhir	Peningkatan
Pembelajaran dengan pendekatan bermain	Tinggi	Jumlah	230.97	198.21	32.76
		Rerata	23.097	19.821	3.276
		SD	2.711	2.258	0.619
	Rendah	Jumlah	290.98	269.74	21.24
		Rerata	29.098	26.974	2.124
		SD	5.496	5.366	0.504
Pembelajaran dengan pendekatan latihan	Tinggi	Jumlah	232.62	210.1	22.52
		Rerata	23.262	21.010	2.252
		SD	3.588	3.275	0.652
	Rendah	Jumlah	325.86	301.8	24.06
		Rerata	32.586	30.180	2.406
		SD	2.766	3.039	0.398

Gambaran menyeluruh dari nilai rata-rata keterampilan menggiring bola pada permainan sepakbola maka dapat dibuat histogram perbandingan nilai-nilai sebagai berikut:



Gambar 5. Histogram Nilai Rata-rata Hasil Tes Awal dan Tes Akhir Keterampilan Menggiring Bola Pada Permainan Sepakbola Tiap Kelompok Berdasarkan Penggunaan Pendekatan Pembelajaran Dan Tingkat Kemampuan Gerak.

- PB = Kelompok pembelajaran dengan pendekatan bermain
- PL = Kelompok pembelajaran dengan pendekatan latihan
- KD T = Kelompok kemampuan gerak tinggi
- KD R = Kelompok kemampuan gerak rendah
-  = Hasil tes awal
-  = Hasil tes akhir

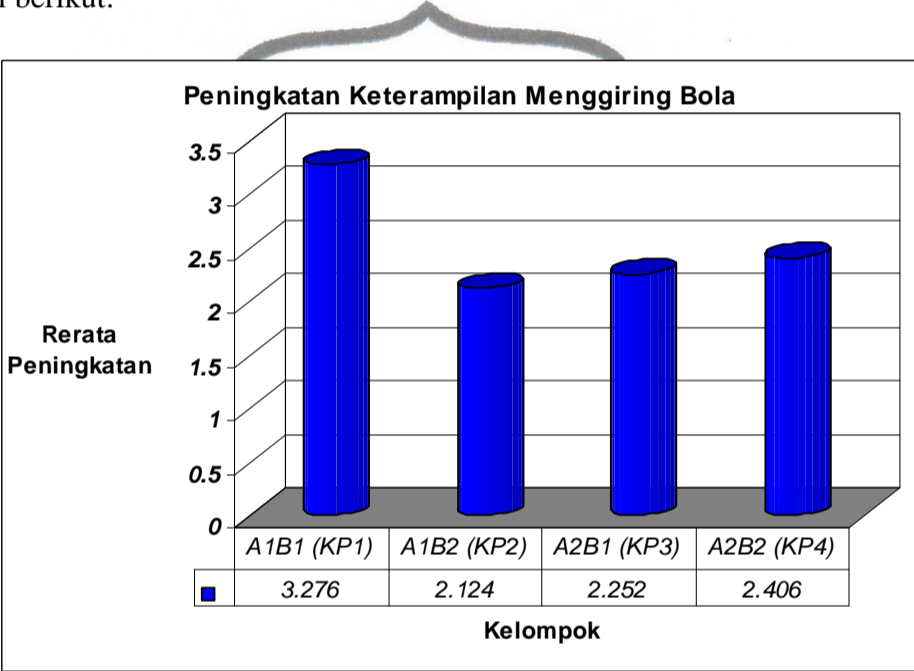
Masing-masing sel (kelompok perlakuan) memiliki peningkatan keterampilan menggiring bola pada permainan sepakbola yang berbeda. Nilai peningkatan

keterampilan menggiring bola pada permainan sepakbola masing-masing sel (kelompok perlakuan) adalah sebagai berikut:

Tabel 5. Nilai Peningkatan Keterampilan Menggiring Bola Pada Permainan Sepakbola Masing-Masing Sel (Kelompok Perlakuan)

No	Kelompok Perlakuan (Sel)	Nilai Peningkatan Keterampilan Menggiring Bola
1	A <sub>1</sub> B <sub>1</sub> (KP <sub>1</sub> )	3.276
2	A <sub>1</sub> B <sub>2</sub> (KP <sub>2</sub> )	2.124
3	A <sub>2</sub> B <sub>1</sub> (KP <sub>3</sub> )	2.252
4	A <sub>2</sub> B <sub>2</sub> (KP <sub>4</sub> )	2.406

Nilai rata-rata peningkatan keterampilan menggiring bola pada permainan sepakbola yang dicapai tiap kelompok perlakuan disajikan dalam bentuk histogram sebagai berikut:



Gambar 6. Histogram Nilai Rata-Rata Peningkatan Keterampilan Menggiring Bola Pada Permainan Sepakbola Pada Tiap Kelompok Perlakuan.

Keterangan :

$KP_1$  = Kelompok pembelajaran dengan pendekatan bermain pada tingkat kemampuan gerak tinggi

$KP_2$  = Kelompok pembelajaran dengan pendekatan bermain pada tingkat kemampuan gerak rendah

$KP_3$  = Kelompok pembelajaran dengan pendekatan latihan memiliki kemampuan gerak tinggi

$KP_4$  = Kelompok pembelajaran dengan pendekatan latihan pada tingkat kemampuan gerak rendah

Pendekatan pembelajaran bermain dan pendekatan pembelajaran latihan memberikan pengaruh yang berbeda terhadap peningkatan keterampilan menggiring bola pada permainan sepakbola. Jika antara kelompok siswa yang mendapat pembelajaran dengan pendekatan bermain dan dengan pembelajaran dengan pendekatan latihan dibandingkan, maka dapat diketahui bahwa kelompok perlakuan pembelajaran dengan pendekatan bermain memiliki peningkatan keterampilan menggiring bola pada permainan sepakbola sebesar 0,37 detik lebih tinggi dari pada kelompok pembelajaran dengan pendekatan latihan.

Antara kelompok siswa yang memiliki kemampuan gerak tinggi dan rendah juga memiliki peningkatan keterampilan menggiring bola pada permainan sepakbola yang berbeda. Jika antara kelompok siswa yang memiliki kemampuan gerak tinggi dan rendah dibandingkan, maka dapat diketahui bahwa kelompok siswa yang memiliki kemampuan gerak tinggi memiliki peningkatan keterampilan menggiring bola pada permainan sepakbola sebesar 0,50 detik lebih tinggi dari pada kelompok siswa yang memiliki kemampuan gerak rendah.

B. Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas pada tes bertujuan untuk mengetahui tingkat keajegan hasil tes dilakukan. Tes yang dilakukan terdiri dari tes keterampilan menggiring bola pada permainan sepakbola serta tes kemampuan gerak. Hasil uji reliabilitas data kemudian dikategorikan, dengan menggunakan pedoman tabel koefisien korelasi dari Book Walter yang dikutip Mulyono B. (1992:22), yaitu :

Tabel 6. Range Kategori Reliabilitas

Kategori	Reliabilita
Tinggi Sekali	0,90 – 1,00
Tinggi	0,80 – 0,89
Cukup	0,60 – 0,79
Kurang	0,40 – 0,59
Tidak Signifikan	0,00 – 0,39

Hasil uji reliabilitas data keterampilan menggiring bola pada permainan sepakbola pada penelitian ini adalah sebagai berikut :

Tabel 7. Ringkasan Hasil Uji Reliabilitas Data

Variabel	Reliabilita	Kategori
a. Keterampilan menggiring bola	0,99	Tinggi Sekali
b. Kemampuan gerak		
1) Standing Broad Jump	0,98	Tinggi Sekali
2) Softball Throw	0,97	Tinggi Sekali
3) Lari Zig-Zag	0,99	Tinggi Sekali
4) Wall Pass	0,93	Tinggi Sekali
5) Medicine Ball Put	0,95	Tinggi Sekali
6) Lari 60 Yard	0,97	Tinggi Sekali

C. Pengujian Persyaratan Analisis

1. Uji Normalitas

Sebelum dilakukan analisis data perlu diuji distribusi kenormalannya. Uji normalitas data dalam penelitian ini digunakan pendekatan Lilliefors. Hasil uji normalitas data yang dilakukan pada tiap kelompok adalah sebagai berikut:

Tabel 8. Rangkuman Hasil Uji Normalitas Data

Kelompok Perlakuan	N	M	SD	$L_{hitung}$	$L_{tabel\ 5\%}$	Kesimpulan
KP <sub>1</sub>	10	3.276	0.619	0.0736	0.258	Berdistribusi Normal
KP <sub>2</sub>	10	2.124	0.504	0.1324	0.258	Berdistribusi Normal
KP <sub>3</sub>	10	2.252	0.652	0.1859	0.258	Berdistribusi Normal
KP <sub>4</sub>	10	2.406	0.398	0.1641	0.258	Berdistribusi Normal

Dari hasil uji normalitas yang dilakukan pada KP<sub>1</sub> diperoleh nilai  $L_o = 0.0736$ . Di mana nilai tersebut lebih kecil dari angka batas penolakan pada taraf signifikansi 5% yaitu 0.258. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa data pada KP<sub>1</sub> termasuk berdistribusi normal. Dari hasil uji normalitas yang dilakukan pada KP<sub>2</sub> diperoleh nilai  $L_o = 0.1324$ , yang ternyata lebih kecil dari angka batas penolakan hipotesis nol menggunakan signifikansi 5% yaitu 0.258. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa data pada KP<sub>2</sub> termasuk berdistribusi normal. Dari hasil uji normalitas yang dilakukan pada KP<sub>3</sub> diperoleh nilai  $L_o = 0.1859$ . Di mana nilai tersebut lebih kecil dari angka batas penolakan menggunakan signifikansi 5% yaitu 0.258. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa data pada KP<sub>3</sub> termasuk berdistribusi normal. Adapun dari hasil uji normalitas yang dilakukan pada KP<sub>4</sub> diperoleh nilai  $L_o = 0.1641$ , yang ternyata juga lebih kecil dari angka batas penolakan hipotesis nol

menggunakan signifikansi 5% yaitu 0.258. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa data pada KP<sub>4</sub> juga termasuk berdistribusi normal.

2. Uji Homogenitas

perpustakaan.uns.ac.id digilib.uns.ac.id  
Uji homogenitas dimaksudkan untuk menguji kesamaan varians antara kelompok 1 dengan kelompok 2. Uji homogenitas pada penelitian ini dilakukan dengan uji Bartlet. Hasil uji homogenitas data antara kelompok 1 dan kelompok 2 adalah sebagai berikut:

Tabel 9. Rangkuman Hasil Uji Homogenitas Data

Σ Kelompok	N <sub>i</sub>	SD <sup>2</sup> <sub>gab</sub>	χ <sup>2</sup> <sub>o</sub>	χ <sup>2</sup> <sub>tabel 5%</sub>	Kesimpulan
4	10	0.305	2.53	7.81	Varians homogen

Dari hasil uji homogenitas diperoleh nilai  $\chi^2_o = 2.53$ . Sedangkan dengan  $K - 1 = 4 - 1 = 3$ , angka  $\chi^2_{\text{tabel } 5\%} = 7.81$ , yang ternyata bahwa nilai  $\chi^2_o = 2.53$  lebih kecil dari  $\chi^2_{\text{tabel } 5\%} = 7.81$ . Sehingga dapat disimpulkan bahwa antara kelompok dalam penelitian ini memiliki varians yang homogen.

D. Pengujian Hipotesis

Pengujian hipotesis penelitian dilakukan berdasarkan hasil analisis data dan interketerampilan analisis varians. Uji rentang Newman-Keuls ditempuh sebagai langkah-langkah uji rata-rata setelah Anava. Berkenaan dengan hasil analisis varians dan uji rentang Newman-Keuls, ada beberapa hipotesis yang harus diuji. Urutan pengujian disesuaikan dengan urutan hipotesis yang dirumuskan pada bab II.

Hasil analisis data, yang diperlukan untuk pengujian hipotesis sebagai berikut:

Tabel 10. Ringkasan Nilai Rata-Rata Keterampilan Menggiring Bola Pada Permainan Sepakbola Berdasarkan Jenis Pendekatan Pembelajaran Dan Tingkat Kemampuan Gerak

Variabel Rerata Keterampilan Menggiring Bola	A <sub>1</sub>		A <sub>2</sub>	
	B <sub>1</sub>	B <sub>2</sub>	B <sub>1</sub>	B <sub>2</sub>
Hasil tes awal	23.10	29.10	23.26	32.59
Hasil tes akhir	19.82	26.97	21.01	30.18
Peningkatan	3.28	2.12	2.25	2.41

Keterangan :

- A<sub>1</sub> = Pembelajaran dengan pendekatan bermain.  
A<sub>2</sub> = Pembelajaran dengan pendekatan latihan.  
B<sub>1</sub> = Kelompok siswa yang memiliki kemampuan gerak tinggi  
B<sub>2</sub> = Kelompok siswa yang memiliki kemampuan gerak rendah

Tabel 11. Ringkasan Hasil Analisis Varians Untuk Penggunaan Pendekatan Pembelajaran Menggiring Bola Pada Permainan Sepakbola (A<sub>1</sub> dan A<sub>2</sub>)

Sumber Variasi	dk	JK	RJK	F <sub>o</sub>	F <sub>t</sub>
A	1	1.3764	1.376	4.5124 *	4.11
Kekeliruan	36	10.9811	0.305		

Tabel 12. Ringkasan Hasil Analisis Varians Untuk Tingkat Kemampuan gerak (B<sub>1</sub> dan B<sub>2</sub>)

Sumber Variasi	dk	JK	RJK	F <sub>o</sub>	F <sub>t</sub>
B	1	2.4900	2.490	8.1632 *	4.11
Kekeliruan	36	10.9811	0.305		

Tabel 13. Ringkasan Hasil Analisis Varians Dua Faktor

Sumber Variasi	dk	JK	RJK	F <sub>o</sub>	F <sub>t</sub>
Rata-rata					
Perlakuan	1	252.9084	252.908		
A	1	1.3764	1.376	4.5124 *	4.11
B	1	2.4900	2.490	8.1632 *	4.11
AB	1	4.2641	4.264	13.9792 *	4.11
Kekeliruan	36	10.9811	0.305		
Total	40	272.0200			

Tabel 14. Ringkasan Hasil Uji Rentang Newman-Keuls Setelah Analisis Varians

KP	<div>A<sub>1</sub>B<sub>2</sub>    A<sub>2</sub>B<sub>1</sub>    A<sub>2</sub>B<sub>2</sub>    A<sub>1</sub>B<sub>1</sub></div>					RST
	Rerata	2.124	2.252	2.406	3.276	
A <sub>1</sub> B <sub>2</sub>	2.124	-	0.128	0.282	1.152 *	0.5047
A <sub>2</sub> B <sub>1</sub>	2.252		-	0.154	1.024 *	0.6078
A <sub>2</sub> B <sub>2</sub>	2.406			-	0.870 *	0.6707
A <sub>1</sub> B <sub>1</sub>	3.276				-	

Keterangan :

Yang bertanda \* signifikan pada  $P \leq 0,05$ .

Berdasarkan hasil analisis data di atas dapat dilakukan pengujian hipotesis sebagai berikut:

1. Pengujian Hipotesis I

Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa pembelajaran dengan pendekatan bermain memiliki peningkatan yang berbeda dengan pembelajaran dengan

pendekatan latihan. Hal ini dibuktikan dari nilai  $F_{hitung} = 4.512 > F_{tabel} = 4.11$ .

Dengan demikian hipotesis nol ( $H_0$ ) ditolak. Yang berarti bahwa pembelajaran dengan pendekatan bermain memiliki peningkatan yang berbeda dengan

pembelajaran dengan pendekatan latihan dapat diterima kebenarannya. Dari analisis

[perpustakaan.uns.ac.id](http://perpustakaan.uns.ac.id)

[digilib.uns.ac.id](http://digilib.uns.ac.id)

lanjutan diperoleh bahwa ternyata pembelajaran dengan pendekatan bermain

memiliki peningkatan yang lebih baik dari pada pembelajaran dengan pendekatan

latihan, dengan rata-rata peningkatan masing-masing yaitu 2.70 dan 2.33.

## 2. Pengujian Hipotesis II

Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa siswa yang memiliki kemampuan gerak tinggi memiliki peningkatan keterampilan menggiring bola pada permainan sepakbola yang berbeda dengan siswa yang memiliki kemampuan dasar rendah. Hal ini dibuktikan dari nilai  $F_{hitung} = 8.163 > F_{tabel} = 4.11$ . Dengan demikian hipotesis nol ( $H_0$ ) ditolak. Yang berarti bahwa siswa yang memiliki kemampuan gerak tinggi memiliki peningkatan keterampilan menggiring bola pada permainan sepakbola yang berbeda dengan siswa yang memiliki kemampuan gerak rendah dapat diterima kebenarannya.

Dari analisis lanjutan diperoleh bahwa ternyata siswa yang memiliki kemampuan gerak tinggi memiliki peningkatan keterampilan menggiring bola pada permainan sepakbola yang lebih baik dari pada siswa yang memiliki kemampuan gerak rendah, dengan rata-rata peningkatan masing-masing yaitu 2.76 dan 2.27.

### 3. Pengujian Hipotesis III

Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa interaksi antara pembelajaran menggiring bola pada permainan sepakbola dan tingkat kemampuan gerak sangat bermakna. Karena  $F_{hitung} = 13.979 > F_{tabel} = 4.11$ . Dengan demikian hipotesis nol ditolak. Yang berarti terdapat interaksi yang signifikan antara jenis pendekatan pembelajaran menggiring bola pada permainan sepakbola dan tingkat kemampuan gerak.

### E. Pembahasan Hasil Penelitian

Pembahasan hasil penelitian ini memberikan penafsiran yang lebih lanjut mengenai hasil-hasil analisis data yang telah dikemukakan. Berdasarkan pengujian hipotesis telah menghasilkan dua kelompok kesimpulan analisis yaitu :

- (a) Ada perbedaan pengaruh yang bermakna antara faktor-faktor utama penelitian.

Faktor utama yang diteliti meliputi:

- 1) Perbedaan pendekatan pembelajaran menggiring bola
- 2) Perbedaan tingkat kemampuan gerak

- (b) Ada interaksi yang bermakna antara faktor-faktor utama dalam bentuk interaksi dua faktor.

Kelompok kesimpulan analisis dapat dipaparkan lebih lanjut sebagai berikut:

### **1. Perbedaan Pengaruh Pendekatan Pembelajaran Bermain dan Latihan Terhadap Hasil Belajar Keterampilan Menggiring Bola Pada Permainan Sepakbola**

Berdasarkan pengujian hipotesis pertama ternyata ada perbedaan pengaruh yang nyata antara kelompok siswa yang mendapatkan pembelajaran dengan pendekatan bermain dan kelompok siswa yang mendapatkan pembelajaran dengan pendekatan latihan terhadap peningkatan keterampilan menggiring bola pada permainan sepakbola. Pada kelompok siswa yang mendapat pembelajaran dengan pendekatan bermain mempunyai peningkatan keterampilan menggiring bola pada permainan sepakbola yang lebih baik dibandingkan dengan kelompok siswa yang mendapat pembelajaran dengan pendekatan latihan.

Perbedaan pendekatan yang digunakan selama pembelajaran mempengaruhi, semangat, motivasi, kreatifitas yang berbeda dari siswa, sehingga dapat memperoleh hasil dalam penguasaan gerakan keterampilan menggiring bola yang berbeda pula. Kelompok yang diberikan perlakuan pembelajaran menggiring bola dengan pendekatan bermain dan pendekatan berlatih memiliki pengaruh yang berbeda terhadap peningkatan keterampilan menggiring bola dalam permainan sepak bola.

Kelompok yang mendapat perlakuan pembelajaran menggiring bola dengan pendekatan bermain, ternyata memiliki peningkatan keterampilan menggiring bola yang lebih besar dari pada kelompok yang mendapat perlakuan pembelajaran menggiring bola dengan pendekatan berlatih. Aktivitas bermain merupakan kegiatan yang menyenangkan dan sesuai dengan perkembangan naluri anak. Pembelajaran menggiring bola dengan pendekatan bermain, dapat meningkatkan semangat, motivasi dan kreatifitas dalam belajar, sehingga memungkinkan siswa untuk lebih

aktif melakukan gerakan menggiring bola. Dengan pendekatan bermain, maka siswa memiliki motivasi dan kesungguhan dalam melakukan setiap tugas gerak sehingga dapat memperoleh hasil belajar yang memuaskan. Keaktifan siswa dalam proses belajar dapat meningkatkan frekuensi siswa dalam melakukan gerakan. Makin banyak siswa melakukan pengulangan gerakan menggiring bola, maka dapat membentuk otomatisasi gerakan.

Pembelajaran melalui pendekatan bermain ini mampu mendorong siswa untuk mencapai perolehan hasil belajar secara optimal. Selama pembelajaran siswa selalu siap dan aktif untuk melakukan gerakan menggiring bola pada permainan sepakbola untuk mencapai tujuan permainan. Situasi ini memberi peluang bagi siswa untuk mengembangkan kemampuan berpikir dan bertindak secara cepat dan tepat dalam melakukan setiap tugas.

Pendekatan bermain juga dapat dirancang agar terdapat suasana kompetitif diantara siswa, dengan peraturan yang telah disepakati terlebih dahulu. Adanya situasi kompetitif ini membawa peserta merasa tertantang untuk memperoleh kemajuan dan berusaha mengatasi setiap problem yang ia temui dalam permainan. Sedangkan dengan adanya peraturan dapat menumbuhkan kembangkan sikap disiplin, saling menghargai dan bertanggung jawab dalam mentaati peraturan yang berlaku secara seksama.

Dari angka-angka yang dihasilkan dalam analisis data menunjukkan bahwa perbandingan rata-rata peningkatan keterampilan menggiring bola pada permainan sepakbola yang dihasilkan oleh pembelajaran dengan pendekatan bermain nilai 0.37 detik lebih tinggi dari pada dengan pembelajaran dengan pendekatan latihan.

## **2. Perbedaan Hasil Belajar Keterampilan Menggiring Bola Pada Permainan Sepakbola Antara Siswa Yang Memiliki Kemampuan Gerak Tinggi Dan Kemampuan Gerak Rendah**

Berdasarkan pengujian hipotesis ke dua ternyata ada perbedaan pengaruh yang nyata antara kelompok siswa dengan kemampuan gerak tinggi dan kemampuan gerak rendah terhadap peningkatan keterampilan menggiring bola pada permainan sepakbola. Pada kelompok siswa dengan kemampuan gerak tinggi mempunyai peningkatan keterampilan menggiring bola pada permainan sepakbola lebih baik dibanding kelompok siswa dengan kemampuan gerak rendah.

Ternyata ada perbedaan pengaruh yang nyata antara kelompok siswa dengan kemampuan gerak tinggi dan kemampuan gerak rendah terhadap hasil keterampilan menggiring bola pada permainan sepakbola. Pada kelompok siswa dengan kemampuan gerak tinggi mempunyai peningkatan keterampilan menggiring bola pada permainan sepakbola lebih tinggi dibanding kelompok siswa dengan kemampuan gerak rendah. Pada kelompok siswa kemampuan gerak tinggi memiliki potensi yang lebih tinggi dari pada siswa yang memiliki kemampuan gerak rendah.

Kemampuan gerak merupakan modalitas yang mendasari dari gerak yang dilakukan seseorang. Kemampuan gerak siswa merupakan dasar dalam pembentukan keterampilan siswa. Kemampuan gerak yang baik menunjang kesiapan siswa untuk melakukan pembelajaran keterampilan. Kemampuan gerak yang tinggi dapat mempercepat proses penguasaan keterampilan gerak yang dipelajari. Siswa yang memiliki kemampuan gerak tinggi memiliki kemampuan untuk beradaptasi terhadap hasil belajar keterampilan gerak menggiring bola pada permainan sepakbola yang lebih baik, dari pada siswa yang memiliki kemampuan gerak rendah.

Dari angka-angka yang dihasilkan dalam analisis data menunjukkan bahwa perbandingan rata-rata peningkatan keterampilan menggiring bola pada permainan sepakbola pada siswa yang memiliki kemampuan gerak tinggi 0.50 detik yang lebih tinggi dari pada kelompok siswa yang memiliki kemampuan gerak rendah.

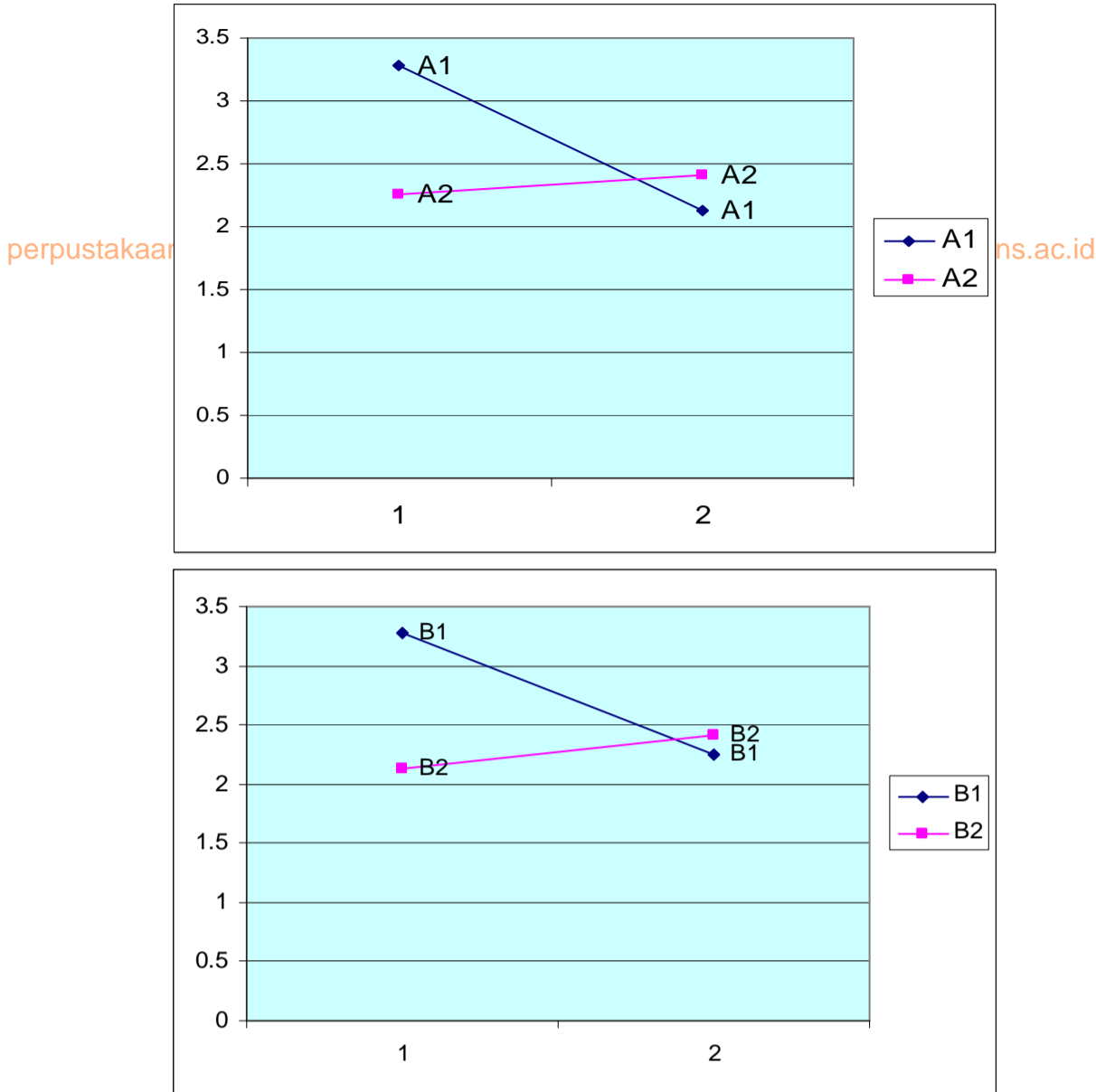
3. Pengaruh Interaksi Antara Pendekatan Pembelajaran Dengan Kemampuan Gerak Terhadap Hasil Belajar Keterampilan Menggiring Bola Pada Permainan Sepakbola

Dari tabel ringkasan hasil analisis varian dua faktor, nampak bahwa faktor-faktor utama penelitian dalam bentuk dua faktor menunjukkan interaksi yang nyata antara faktor pendekatan pembelajaran (A) dan faktor kemampuan gerak (B). Untuk kepentingan pengujian bentuk interaksi AB terbentuklah tabel berikut ini:

Tabel 15. Pengaruh Sederhana, Pengaruh Utama, dan Interaksi Faktor, A dan B Terhadap Hasil Belajar Keterampilan Menggiring Bola

Faktor		A = Pendekatan Pembelajaran			
B = Kemampuan gerak	Taraf	A <sub>1</sub>	A <sub>2</sub>	Rerata	A <sub>1</sub> – A <sub>2</sub>
	B <sub>1</sub>	3.276	2.252	2.764	1.024
	B <sub>2</sub>	2.124	2.406	2.265	0.282
	Rerata	2.700	2.329	2.515	0.499
B <sub>1</sub> – B <sub>2</sub>		1.152	0.154	0.371	

Interaksi antara dua faktor penelitian dapat dilihat pada gambar berikut:



Gambar 7. Bentuk Interaksi Perubahan Besarnya Peningkatan Keterampilan Menggiring Bola Pada Permainan Sepakbola

Keterangan :

- : A<sub>1</sub> = Pembelajaran dengan pendekatan bermain
- : A<sub>2</sub> = Pembelajaran dengan pendekatan latihan.
- : B<sub>1</sub> = Kemampuan gerak tinggi
- : B<sub>2</sub> = Kemampuan gerak rendah

Atas dasar gambar di atas, bahwa bentuk garis perubahan besarnya nilai keterampilan menggiring bola pada permainan sepakbola adalah tidak sejajar dan bersilangan. Garis perubahan peningkatan keterampilan antar kelompok memiliki suatu titik pertemuan atau persilangan. Antara jenis pembelajaran menggiring bola [perpustakaan.uns.ac.id](http://perpustakaan.uns.ac.id) pada permainan sepakbola dan tingkat kemampuan gerak memiliki titik persilangan. [digilib.uns.ac.id](http://digilib.uns.ac.id) Berarti terdapat interaksi yang signifikan diantara keduanya. Gambar tersebut menunjukkan bahwa kemampuan gerak berpengaruh terhadap hasil pembelajaran menggiring bola pada permainan sepakbola.

Nilai peningkatan hasil belajar keterampilan menggiring bola pada permainan sepakbola masing-masing sel dapat dibandingkan sebagai berikut :

- a. Siswa yang memiliki kemampuan gerak tinggi dengan pendekatan bermain, memiliki peningkatan hasil belajar keterampilan menggiring bola pada permainan sepakbola sebesar 3.276. Siswa yang memiliki kemampuan gerak tinggi dengan pendekatan latihan, memiliki peningkatan hasil belajar keterampilan menggiring bola sebesar 2.252.
- b. Siswa yang memiliki kemampuan gerak rendah dengan pendekatan bermain, memiliki peningkatan hasil belajar keterampilan menggiring bola pada permainan sepakbola sebesar 2.124. Siswa yang memiliki kemampuan gerak rendah dengan pendekatan latihan, memiliki peningkatan hasil belajar keterampilan menggiring bola sebesar 2.406.

Berdasarkan hasil penelitian yang dicapai, ternyata siswa yang memiliki kemampuan gerak rendah dengan pembelajaran dengan pendekatan latihan memiliki peningkatan keterampilan menggiring bola pada permainan sepakbola yang lebih

baik dibandingkan siswa dengan kemampuan gerak tinggi dan mendapat perlakuan pembelajaran dengan pendekatan latihan. Siswa yang memiliki kemampuan gerak tinggi memiliki peningkatan keterampilan menggiring bola pada permainan sepakbola yang besar jika dilatih dengan pembelajaran dengan pendekatan bermain.

[perpustakaan.uns.ac.id](http://perpustakaan.uns.ac.id) [digilib.uns.ac.id](http://digilib.uns.ac.id)

Kefektifan penggunaan pendekatan pembelajaran menggiring bola pada permainan sepakbola dipengaruhi oleh tingkat kemampuan gerak yang dimiliki siswa.



## BAB V

### KESIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

[perpustakaan.uns.ac.id](http://perpustakaan.uns.ac.id)

[digilib.uns.ac.id](http://digilib.uns.ac.id)

Berdasarkan hasil penelitian dan hasil analisis data yang telah dilakukan, dapat diperoleh kesimpulan sebagai berikut:

1. Ada perbedaan pengaruh yang signifikan antara pendekatan pembelajaran bermain dan latihan terhadap hasil belajar keterampilan menggiring bola pada permainan sepakbola. Pengaruh pembelajaran dengan pendekatan bermain lebih baik dari pada dengan pendekatan latihan.
2. Ada perbedaan hasil belajar keterampilan menggiring bola yang signifikan antara siswa yang memiliki kemampuan gerak tinggi dan rendah. Peningkatan keterampilan menggiring bola pada permainan sepakbola pada siswa yang memiliki kemampuan gerak tinggi lebih baik dari pada yang memiliki kemampuan gerak rendah.
3. Terdapat pengaruh interaksi yang signifikan antara pendekatan pembelajaran dan tingkat kemampuan gerak terhadap hasil belajar keterampilan menggiring bola pada permainan sepakbola.
  - (a) Siswa yang memiliki kemampuan gerak tinggi lebih cocok jika diberikan pembelajaran dengan pendekatan bermain.
  - (b) Siswa dengan kemampuan gerak rendah lebih cocok jika diberikan pembelajaran dengan pendekatan latihan.

## B. Implikasi

Kesimpulan dari hasil penelitian ini dapat mengandung pengembangan ide yang lebih luas jika dikaji pula tentang implikasi yang ditimbulkan. Atas dasar

kesimpulan yang telah diambil, dapat dikemukakan implikasinya sebagai berikut:

1. Keterampilan menggiring bola pada siswa dapat meningkat melalui perlakuan yang diberikan, baik dengan pendekatan pembelajaran bermain maupun dengan pendekatan latihan.
2. Pendekatan bermain memberikan pengaruh yang efektif dalam pembelajaran keterampilan, khususnya menggiring bola. Pembelajaran menggiring bola dengan pendekatan bermain secara meyakinkan memberikan pengaruh yang lebih efektif dalam meningkatkan penguasaan keterampilan teknik menggiring bola daripada pendekatan latihan.
3. Pendekatan pembelajaran bermain merupakan pendekatan pembelajaran yang menyenangkan lebih sesuai dengan tingkat perkembangan anak. Pendekatan pembelajaran bermain lebih efektif untuk meningkatkan keterampilan menggiring bola pada permainan sepakbola khususnya bagi siswa Sekolah Dasar.
4. Pembelajaran dengan pendekatan bermain ternyata memberikan pengaruh yang lebih tinggi dalam meningkatkan keterampilan menggiring bola pada permainan sepakbola. Kebaikan pembelajaran dengan pendekatan bermain ini dapat dipergunakan sebagai solusi bagi pengajar dan pembina di Sekolah Dasar dalam upaya meningkatkan keterampilan menggiring bola pada permainan sepakbola.

5. Besarnya peningkatan keterampilan menggiring bola dipengaruhi oleh pendekatan pembelajaran yang digunakan dan tingkat kemampuan gerak yang dimiliki siswa. Tinggi-rendahnya kemampuan gerak yang dimiliki siswa mempengaruhi hasil belajar keterampilan. Oleh karena itu, penerapan pendekatan pembelajaran yang perlu memperhatikan faktor kemampuan gerak.

### C. Saran

Berdasarkan hasil penelitian ini maka kepada pengajar dan pembina olahraga khususnya sepakbola diberikan saran-saran sebagai berikut:

1. Dalam upaya untuk meningkatkan keterampilan, khususnya keterampilan menggiring bola dalam permainan sepak bola, harus menggunakan pendekatan pembelajaran yang tepat sesuai dengan perkembangan siswa.
2. Pembelajaran dengan pendekatan bermain memiliki pengaruh yang lebih baik dalam meningkatkan keterampilan menggiring bola pada permainan sepakbola, sehingga pengajar dan pelatih lebih memilih pembelajaran dengan pendekatan bermain dalam upaya meningkatkan hasil menggiring bola pada permainan sepakbola siswanya.
3. Pengajar disarankan agar mengembangkan pendekatan pembelajaran bermain dalam rangka meningkatkan hasil pembelajaran keterampilan menggiring bola pada permainan sepakbola.
4. Penerapan penggunaan pendekatan pembelajaran untuk meningkatkan keterampilan menggiring bola pada permainan sepakbola, perlu memperhatikan faktor kemampuan gerak.