

**UPAYA PENINGKATAN HASIL BELAJAR TENDANGAN LAMBUNG  
DALAM SEPAKBOLA MENGGUNAKAN ALAT BANTU  
PEMBELAJARAN PADA SISWA KELAS V SD NEGERI 02 TUBAN  
KECAMATAN GONDANGREJO KABUPATEN KARANGANYAR  
TAHUN PELAJARAN 2015/2016**



**SKRIPSI**

**Oleh:**

**BINTARA DANANG PAMBUDI**

**K5611023**

**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS SEBELAS MARET  
SURAKARTA  
Desember 2016**

**PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN**

Saya yang bertandatangan di bawah ini :

Nama : Bintara Danang Pambudi  
NIM : K5611023  
Program Studi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga

Menyatakan bahwa skripsi saya berjudul **“UPAYA PENINGKATAN HASIL BELAJAR TENDANGAN LAMBUNG DALAM SEPAKBOLA MENGGUNAKAN ALAT BANTU PEMBELAJARAN PADA SISWA KELAS V SD NEGERI 02 TUBAN KECAMATAN GONDANGREJO KABUPATEN KARANGANYAR TAHUN PELAJARAN 2015/2016”** ini benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri. Selain itu, sumber informasi yang dikutip dari penulis lain telah disebutkan dalam teks dan dicantumkan dalam daftar pustaka.

Apabila pada kemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan skripsi ini hasil jiplakan, saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan saya.

Surakarta, Desember 2016

Yang membuat pernyataan

Bintara Danang P



**UPAYA PENINGKATAN HASIL BELAJAR TENDANGAN LAMBUNG  
DALAM SEPAKBOLA MENGGUNAKAN ALAT BANTU  
PEMBELAJARAN PADA SISWA KELAS V SD NEGERI 02 TUBAN  
KECAMATAN GONDANGREJO KABUPATEN KARANGANYAR  
TAHUN PELAJARAN 2015/2016**



**Ditulis dan Diajukan untuk Memenuhi Syarat Mendapatkan Gelar Sarjana Pendidikan  
Program Studi Pendidikan Kepeleatihan Olahraga**

**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS SEBELAS MARET  
SURAKARTA  
Desember 2016**

## PERSETUJUAN

Nama : Bintara Danang Pambudi  
NIM : K5611023  
Judul Skripsi : Upaya Peningkatan Hasil Belajar Tendangan Lambung Dalam Sepakbola Menggunakan Alat Bantu Pembelajaran Pada Siswa Kelas V Sd Negeri 02 Tuban Kecamatan Gondangrejo Kabupaten Karanganyar Tahun Pelajaran 2015/2016

Skripsi ini telah disetujui untuk dipertahankan di hadapan Tim Penguji Skripsi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret Surakarta.

Surakarta, November 2016

Pembimbing I



Drs. Sukono, M.Or

NIP. 19530929 198503 1 002

Pembimbing II



Slamet Widodo, S.Pd., M.Or

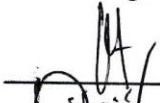
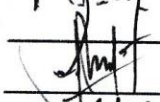

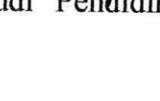
NIP. 19711228 200312 1 001

## PENGESAHAN SKRIPSI

Nama : Bintara Danang Pambudi  
NIM : K5611023  
Judul Skripsi : Upaya Peningkatan Hasil Belajar Tendangan Lambung Dalam Sepakbola Menggunakan Alat Bantu Pembelajaran Pada Siswa Kelas V SD Negeri 02 Tuban Kecamatan Gondangrejo Kabupaten Karanganyar Tahun Pelajaran 2015/2016

Skripsi ini telah dipertahankan di hadapan Tim Penguji Skripsi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret Surakarta pada hari Kamis, tanggal 24 November 2016 dengan hasil LULUS dan revisi maksimal 1 bulan Skripsi telah direvisi dan mendapat persetujuan dari Tim Penguji.

Persetujuan hasil revisi oleh Tim Penguji.

Nama Penguji	Tanda Tangan	Tanggal
Ketua : Drs. Agustiyanto, M.Pd		<u>20-12-2016</u>
Sekretaris : Rumi Iqbal Douwes, S.Pd, M.Or		<u>19-12-2016</u>
Anggota I : Drs. Sukono, M.Or		<u>16-12-2016</u>
Anggota II : Slamet Widodo, S.Pd, M.Or		<u>16-12-2016</u>

Skripsi disahkan oleh Kepala Program Studi Pendidikan Kpelatihan Olahraga pada

Hari : Selasa  
Tanggal : 20 Desember 2016


Mengesahkan

Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret



Prof. Dr. Joko Nurkamto, M.Pd  
NIP. 196101241987021001

Kepala Program Studi Pendidikan Kpelatihan Olahraga

  
Drs. Agustiyanto, M.Pd  
NIP. 196808181994031001

## ABSTRAK

**Bintara Danang Pambudi. K5611023. UPAYA PENINGKATAN HASIL BELAJAR TENDANGAN LAMBUNG DALAM SEPAKBOLA MENGGUNAKAN ALAT BANTU PEMBELAJARAN PADA SISWA KELAS V SD NEGERI 02 TUBAN KECAMATAN GONDANGREJO KABUPATEN KARANGANYAR TAHUN PELAJARAN 2015/2016.**

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui peningkatan hasil belajar tendangan lambung melalui penggunaan alat bantu pembelajaran pada siswa kelas V SD Negeri 02 Tuban Kecamatan Gondangrejo Kabupaten Karanganyar tahun pelajaran 2015/2016.

Penelitian ini merupakan penelitian tindakan kelas (PTK). Penelitian ini dilaksanakan dalam dua siklus, dengan tiap siklus terdiri dari atas perencanaan, pelaksanaan, observasi dan refleksi. Subjek penelitian adalah siswa kelas V SD Negeri 02 Tuban Kecamatan Gondangrejo Kabupaten Karanganyar tahun pelajaran 2015/2016 yang berjumlah 37 siswa, terdiri dari 16 siswa putra dan 21 siswa putri. Sumber data berasal dari guru, siswa, dan peneliti. Data hasil belajar Tendangan Lambung sepakbola diperoleh melalui tes unjuk kerja dan lembar observasi. Teknik analisis data menggunakan teknik analisis interaktif.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa melalui pembelajaran menggunakan alat bantu pembelajaran dapat meningkatkan hasil belajar tendangan lambung sepakbola. Hasil belajar tersebut meliputi aspek psikomotor, afektif, dan kognitif dari 37 siswa hanya 10 siswa yang mencapai KKM atau 27% pada kondisi awal, mengalami peningkatan menjadi 51% atau 19 siswa yang mencapai batas tuntas pada akhir siklus I. Selanjutnya meningkat menjadi 89% atau 33 siswa yang mencapai batas tuntas pada akhir siklus II. Dengan demikian, penelitian tindakan kelas pada siswa kelas VI SD Negeri 02 Tuban dalam meningkatkan hasil belajar tendangan lambung sepakbola menggunakan alat bantu pembelajaran ini telah berhasil meningkatkan hasil belajar siswa.

Simpulan penelitian ini adalah menggunakan alat bantu pembelajaran dapat meningkatkan hasil belajar tendangan lambung sepakbola pada siswa kelas V SD Negeri 02 Tuban Kecamatan Gondangrejo Kabupaten Karanganyar tahun pelajaran 2015/2016.

Kata Kunci: Tendangan lambung sepakbola, menggunakan alat bantu pembelajaran.

## ABSTRACT

Bintara Danang Pambudi. K5611023. **THE ATTEMPT OF IMPROVING BOUNCING STRIKE LEARNING OUTCOME IN SOCCER USING LEARNING AID IN THE 5<sup>TH</sup> GRADERS OF SD NEGERI 02 TUBAN OF GONDANGREJO SUB DISTRICT OF KARANGANYAR REGENCY IN THE SCHOOL YEAR OF 2015/2016.**

The objective of research was to find out the improvement of bouncing strike learning outcome in soccer using learning aid in the 5<sup>th</sup> graders of SD Negeri 02 Tuban of Gondangrejo Sub District of Karanganyar Regency in the school year of 2015/2016.

This study was a Classroom Action Research (CAR). This research was conducted in two cycles, each of which consisted of planning, acting, observing, and reflecting. The subject of research was the 5<sup>th</sup> graders of SD Negeri 02 Tuban of Gondangrejo Sub District of Karanganyar Regency in the school year of 2015/2016, consisting of 37 students: 16 boys and 21 girls. The data source derived from teachers, students, and author. The data of bouncing strike learning outcome was obtained from demonstration test and observation sheet. Technique of analyzing data used was an interactive analysis.

The result of research showed that the learning using learning aids can improve the bouncing strike learning outcome in soccer. The learning outcome includes psychomotor, affective and cognitive aspects; out of 37 students, only 10 (27%) achieved KKM (minimum passing criterion) in prior condition; this figure increased to 19 students (51%) achieving the passing criterion in the end of cycle I. Then, it increased to 33 students (89%) achieving the passing criterion in the end of cycle II. Thus, the classroom action research on the 5<sup>th</sup> graders of SD Negeri 02 Tuban in improving the bouncing strike learning outcome in soccer using learning aid had successfully improved the students' learning outcome.

The conclusion of research was that the use of learning aid could improve the bouncing strike learning outcome in the 5<sup>th</sup> graders of SD Negeri 02 Tuban of Gondangrejo Sub District of Karanganyar Regency in the school year of 2015/2016.

Keywords: soccer bouncing strike, using learning aid

## MOTTO

*“Jika kamu berbuat baik (berarti) kamu berbuat baik bagi dirimu sendiri dan sebaliknya jika kamu berbuat jahat, maka kejahatan itu untuk dirimu sendiri pula.”*

**(QS. Al-Isra’: 7)**

*“Janganlah kamu bersikap lemah dan janganlah kamu bersedih hati, padahal kamulah orang-orang yang paling tinggi (derajadnya), jika kamu orang-orang beriman”*

**(QS. Ali Imron: 139)**

*“Pahlawan bukanlah orang yang berani meletakkan pedangnya ke pundak lawan, tetapi pahlawan sebenarnya ialah orang yang sanggup menguasai dirinya dikala ia marah .”*

**(Nabi Muhammad SAW)**

*“Jalani saja liku-liku kehidupan ini layaknya air yang mengalir”*

**(Penulis)**



## PERSEMBAHAN

Teriring syukurku pada-Mu, kupersembahkan karya ini untuk:

1. Ibu Srihastuti dan Ayah Agus Purwono, atas kasih sayang dan doa yang tiada pernah berhenti mengalir untukku.
2. Endah Puri Pangastuti dan Nadia Putri Tri Angga Dewi, tiada yang paling mengharukan saat kumpul bersama kalian, walaupun sering bertengkar tapi hal itu selalu menjadi warna yang tak akan bisa tergantikan, hanya karya kecil ini yang bisa saya persembahkan tapi saya akan selalu menjadi yang terbaik untuk kalian semua adikku tersayang.
3. Eka Yuliyanti, surya persembahkan kecil ini untukmu. Terimakasih atas kasih sayangmu, perhatianmu, dan kesabaranmu yang telah memberikanku semangat dan inspirasi.
4. Teman-teman angkatan 2011 program studi Penkepor JPOK FKIP UNS, Rohandi, Hengki, Lilik, Eko, Fajar, Gigih dll, terimakasih atas semangat, dukungan, perjuangan, bantuan dan kerja samanya.
5. Sahabatku Agipta Adhi W, terima kasih sudah menjadi keluarga baru yang baik.
6. Untuk seluruh dosen program studi Penkrpor JPOK FKIP UNS terimakasih atas ilmu yang telah diberikan selama ini.
7. Semua pihak yang telah membantu dan memberikan dukungan hingga selesainya skripsi ini.
8. Kelas VI SD Negeri 02 Tuban, Gondangrejo Tahun Ajaran 2015/2016.
9. Almamater Universitas Sebelas Maret Surakarta.
10. Pembaca yang budiman.

## KATA PENGANTAR

Segala puji bagi Allah Yang Maha Pengasih dan Penyayang, yang memberi ilmu, inspirasi, dan kemuliaan. Atas Kehendak-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul **“UPAYA PENINGKATAN HASIL BELAJAR TENDANGAN LAMBUNG DALAM SEPAKBOLA MENGGUNAKAN ALAT BANTU PEMBELAJARAN PADA SISWA KELAS V SD NEGERI 02 TUBAN KECAMATAN GONDANGREJO KABUPATEN KARANGANYAR TAHUN PELAJARAN 2015/2016”**.

Skripsi ini disusun untuk memenuhi sebagian dari persyaratan untuk mendapatkan gelar Sarjana pada Program Studi Pendidikan Keperawatan Olahraga, Jurusan Pendidikan Olahraga dan Kesehatan, Universitas Sebelas Maret Surakarta. Penulis menyadari bahwa terselesaikannya skripsi ini tidak terlepas dari bantuan, bimbingan, dan pengarahan dari berbagai pihak. Untuk itu, penulis menyampaikan terima kasih kepada :

1. Bapak Prof. Dr. Joko Nurkamto, M.Pd, Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret Surakarta.
2. Bapak Drs. H. Agustiyanto, M.Pd Ketua Program Studi Pendidikan Keperawatan Olahraga Jurusan Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret Surakarta
3. Bapak Drs. Sukono, M.Or, selaku Pembimbing I, yang telah memberikan bimbingan dan pengarahan dalam menyusun skripsi
4. Bapak Slamet Widodo, S.Pd, M.Or, selaku Pembimbing II yang telah memberikan bimbingan, pengarahan, dan semangat dalam menyusun skripsi
5. Bapak Sutarno, S.Pd. sebagai Kepala Sekolah SD Negeri 2 Tuban yang telah memberikan kesempatan dan tempat guna mengambil data dalam penelitian
6. Bapak Suharto, S.Pd sebagai guru penjasorkes SD Negeri 2 Tuban yang telah memberikan bimbingan dan bantuan dalam penelitian ini
7. Bapak dan ibu tercinta yang tidak henti-hentinya mendoakan dan mendukung saya
8. Siswa kelas VI SD Negeri 02 Tuban yang telah bersedia menjadi subyek penelitian

9. Semua pihak yang turut membantu dalam penyusunan skripsi ini yang tidak mungkin disebutkan satu persatu

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih memerlukan banyak masukan karena keterbatasan penulis. Meskipun demikian, penulis berharap semoga skripsi ini bermanfaat bagi penulis khususnya dan pembaca umumnya.

Surakarta, Desember 2016

Penulis

Bintara Danang Pambudi



## DAFTAR ISI

	Halaman
<b>HALAMAN JUDUL</b> .....	i
<b>HALAMAN PERNYATAAN</b> .....	ii
<b>HALAMAN PENGAJUAN</b> .....	iii
<b>HALAMAN PERSETUJUAN</b> .....	iv
<b>HALAMAN PENGESAHAN</b> .....	v
<b>ABSTRAK</b> .....	vi
<b>MOTTO</b> .....	viii
<b>PERSEMBAHAN</b> .....	ix
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	x
<b>DAFTAR ISI</b> .....	xii
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	xv
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	xvi
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	xvii
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah .....	3
C. Tujuan Penelitian.....	3
D. Manfaat Penelitian.....	4
<b>BAB II KAJIAN PUSTAKA</b> .....	5
A. Tinjauan Pustaka .....	5
1. Permainan Sepakbola .....	5
a. Pengertian Sepakbola .....	5
b. Teknik Dasar Sepakbola.....	6
c. Fasilitas, Alat-alat dan Perlengkapan.....	8
2. Menendang Bola .....	9
a. Pengertian Menendang Bola.....	9
b. Tujuan Menendang .....	10
c. Pembagian Cara Menendang.....	10

d. Teknik Pelaksanaan Menendang Lambung Sepakbola.....	11
e. Kesalahan yang Sering Terjadi dalam Melakukan Tendangan Sepakbola.....	13
3. Belajar dan Pembelajaran.....	14
a. Pengertian Belajar .....	14
b. Prinsip-Prinsip Belajar.....	15
c. Tujuan Belajar .....	16
d. Konsep Pembelajaran .....	18
e. Hakikat Pembelajaran.....	21
4. Alat Bantu Pembelajaran.....	24
a. Pengetian Alat Bantu Pembelajaran .....	24
b. Manfaat Alat Bantu Pembelajaran .....	24
c. Syarat Alat Bantu Pembelajaran yang Baik .....	25
5. Pembelajaran Umpan Lambung Sepakbola Menggunakan Alat Bantu Pembelajaran.....	26
a. Menggunakan Alat Bantu Umpan Lambung dengan Tali.....	26
b. Menggunakan Alat Bantu Umpan Lambung dengan Sasaran Poin .....	27
c. Menggunakan Alat Bantu Umpan Lambung dengan Sasaran Lingkaran .....	28
6. Pengertian Hasil Belajar .....	30
B. Kerangka Berfikir.....	31
C. Hipotesis.....	33
<b>BAB III METODE PENELITIAN.....</b>	<b>34</b>
A. Tempat dan Waktu Penelitian .....	34
1. Waktu Penelitian .....	34
2. Tempat Penelitian.....	34
B. Metode Penelitian.....	35
C. Subjek Penelitian.....	35
D. Variabel Penelitian .....	35
E. Teknik Pengumpulan Data dan Sumber Data .....	36
F. Validitas Data .....	37

G. Teknik Analisis Data.....	38
H. Prosedur Penelitian.....	39
1. Tahap Survei Awal.....	39
2. Tahap Seleksi Informan, Penyiapan Instrumen dan Alat.....	39
3. Tahap Pengumpulan Data dan Tindakan.....	39
4. Tahap Analisis Data.....	40
5. Tahap Penyusunan Laporan.....	40
I. Indikator Kerja.....	40
J. Proes Penelitian.....	40
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>44</b>
A. Deskripsi Prasiklus.....	44
B. Deskripsi Hasil Tindakan Tiap Siklus.....	46
1. Siklus I.....	46
a. Rencana Tindakan Siklus I.....	46
b. Pelaksanaan Siklus I.....	47
c. Observasi dan Interpretasi Siklus I.....	51
d. Analisis dan Refleksi Tindakan Siklus I.....	53
2. Siklus II.....	54
a. Rencana Tindakan Siklus II.....	55
b. Pelaksanaan Siklus II.....	56
c. Observasi dan Interpretasi Tindakan Siklus II.....	58
d. Analisis dan Refleksi Tindakan Siklus II.....	59
C. Perbandingan Hasil Tindakan Antar Siklus.....	60
D. Pembahasan.....	62
<b>BAB V SIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN.....</b>	<b>65</b>
A. Simpulan.....	65
B. Implikasi.....	65
C. Saran.....	67
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>69</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>71</b>

## DAFTAR GAMBAR

<b>Gambar</b>	<b>Halaman</b>
2.1 Gambar Lapangan Ukuran Normal .....	9
2.2 Gerakan Tendangan Lambung .....	12
2.3 Alat bantu tendangan lambung dengan tali .....	26
2.4 Alat bantu tendangan lambung dengan sasaran poin .....	28
2.5 Alat bantu tendangan lambung dengan sasaran lingkaran .....	29
2.6 Alur Kerangka Berpikir.....	33
3.1 Skema Analisis Interaktif.....	38
3.2 Diagram Siklus PTK sebagai prosedur Mikro .....	41
4.1 Data Awal Hasil Belajar Tendangan Lambung Sepakbola.....	45
4.2 Prosentase Kelulusan Hasil Belajar Tendangan Lambung Sepakbola Siklus I.....	52
4.3 Prosentase Hasil Belajar Tendangan Lambung Sepakbola Siklus II .....	59
4.4 Perbandingan Hasil Belajar Tendangan Lambung Sepakbola Tiap Siklus .....	62

**DAFTAR TABEL**

<b>Tabel</b>	<b>Halaman</b>
3.1 Rincian Kegiatan, Waktu, dan Jenis Kegiatan .....	34
3.2 Rincian Teknik Pengumpulan Data.....	36
3.3 Indikator Pencapaian Hasil Belajar Siswa Tendangan Lambung Sepakbola .....	43
4.1 Deskripsi Data Awal Hasil Belajar Keterampilan Dasar Sepakbola Sebelum Diberikan Tindakan (Prasiklus) .....	45
4.2 Deskripsi Hasil Belajar Tendangan Lambung Sepakbola Siswa Pada Akhir Siklus I.....	52
4.3 Deskripsi Hasil Belajar Tendangan Lambung Sepakbola Siswa Pada Akhir Siklus II.....	59
4.4 Perbandingan Hasil Belajar Tendangan Lambung Sepakbola Tiap Siklus.....	61



## DAFTAR LAMPIRAN

<b>Lampiran</b>	<b>Halaman</b>
1 Silabus .....	71
2 Rencana Pelaksanaan Pembelajaran Siklus I .....	74
3 Rencana Pelaksanaan Pembelajaran Siklus II .....	135
4 Daftar Nilai Psikomotor Tendangan Lambung Sepakbola Prasiklus .....	145
5 Daftar Nilai Kognitif Tendangan Lambung Sepakbola Prasiklus .....	147
6 Daftar Nilai Afektif Tendangan Lambung Sepakbola Prasiklus .....	149
7 Daftar Nilai Hasil Belajar Tendangan Lambung Sepakbola Prasiklus .....	151
8 Daftar Nilai Psikomotor Tendangan Lambung Sepakbola Siklus I .....	159
9 Daftar Nilai Afektif Tendangan Lambung Sepakbola Siklus I .....	167
10 Daftar Nilai Kognitif Tendangan Lambung Sepakbola Siklus I .....	169
11 Daftar Nilai Akhir Tendangan Lambung Sepakbola Siklus I .....	171
12 Daftar Nilai Psikomotor Tendangan Lambung Sepakbola Siklus II .....	179
13 Daftar Nilai Afektif Tendangan Lambung Sepakbola Siklus II .....	187
14 Daftar Nilai Kognitif Tendangan Lambung Sepakbola Siklus II .....	189
15 Daftar Nilai Akhir Tendangan Lambung Sepakbola Siklus II .....	191
16 Dokumentasi .....	193
17 Surat Izin Penelitian .....	199