

---

**UPAYA MENINGKATKAN KETERAMPILAN *PASSING* KAKI BAGIAN DALAM PADA PERMAINAN SEPAKBOLA DI SMA NEGERI 5 LEBONG**

---

**V. Evigo<sup>1,a)</sup>, M, Febrianti<sup>1)</sup> . R. Syahputra<sup>1)</sup>**

---

**Affiliation:**

1. Pendidikan Jasmani

FKIP UNIVED

Bengkulu

**Corresponding Author:**

[pengkievigo@gmail.com](mailto:pengkievigo@gmail.com)

**Abstrak**

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan pembelajaran Keterampilan *Passing* Kaki Bagian Dalam Pada Permainan Sepakbola Di SMA Negeri 5 Lebong pada siswa kelas XII IPS3. Jenis penelitian ini adalah Penelitian Tindakan Kelas (PTK) terdiri atas empat tahapan dalam tiap langkah (perencanaan, pelaksanaan, pengamatan, dan refleksi). Subjek penelitian dalam penelitian ini adalah seluruh siswa-siswi kelas XII IPS3 yang berjumlah 25 siswa-siswi, terdiri dari orang 17 siswa dan 8 siswi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tindakan dengan latihan yang dilakukan dalam 3 siklus dengan setiap siklus 2 kali pertemuan terbukti mampu meningkatkan Keterampilan *Passing* Kaki Bagian Dalam Pada Permainan Sepakbola Di SMA Negeri 5 Lebong. Data awal tes keterampilan *passing* kaki bagian dalam menunjukkan bahwa siswa yang mencapai KKM hanya 26%, yaitu siswa tuntas sebanyak 6 siswa, tidak tuntas 19 siswa (74%). Pada siklus satu pertemuan pertama terjadi peningkatan ketuntasan sebesar 36%, yaitu siswa tuntas 9 siswa dan siswa tidak tuntas 16 siswa (64%). Kemudian pada siklus satu pertemuan kedua terjadi peningkatan ketuntasan sebesar 48%, yaitu siswa tuntas 12 siswa dan siswa tidak tuntas 13 siswa (52%) setelah itu pada siklus dua pertemuan pertama terjadi peningkatan ketuntasan sebesar 68%, yaitu siswa tuntas 17 siswa dan siswa tidak tuntas 8 siswa (32%). Pada siklus dua pertemuan kedua terjadi peningkatan ketuntasan sebesar 84%, yaitu siswa tuntas 21 siswa dan siswa tidak tuntas 4 siswa (16%).



**Kata Kunci : Keterampilan *Passing*, Pembelajaran Sepakbola**

---

## **Pendahuluan**

Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan pada dasarnya merupakan bagian menyeluruh dari sistem pendidikan, yang bertujuan untuk mengembangkan aspek kesehatan, kebugaran jasmani, keterampilan berfikir kritis, stabilitas emosional, keterampilan sosial, penalaran, dan tindakan moral melalui aktivitas jasmani, olahraga dan kesehatan. Namun didalam penyelenggaraannya berkesinambungan merupakan suatu proses pembinaan manusia yang berlangsung seumur hidup. Menurut Toho Cholik Mutohir (2002:13) Peranan pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan adalah sangat penting, yang memberikan kesempatan kepada siswa untuk terlibat langsung dalam berbagai pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani, bermain, dan olahraga yang dilakukan secara sistematis. Pembekalan pengalaman belajar itu diarahkan untuk membina, sekaligus membentuk gaya hidup sehat, dan aktif sepanjang hayat.

Sepak bola merupakan salah satu cabang olahraga yang sangat digemari oleh semua lapisan masyarakat di Indonesia, baik di kota-kota, di desa-desa maupun sampai ke pelosok tanah air, dari anak-anak, pemuda dan orang tua, pria maupun wanita. Hal ini dikarenakan permainan sepak bola dengan lapangan dan perlengkapan seadanya mudah dimainkan. Sepak bola merupakan salah satu materi pembelajaran olahraga yang ada di SMANegeri 5 Lebong yang mempunyai kurikulum sebaga materi pelajaran olahraga siswanya. Komponen gerak dasar pada permainan sepak bola terutama meliputi passing (mengoper bola), dribbling (menggiring bola), shooting (menendang bola) stopping (menghentikan bola).

Menurut Danny Mielke (2007 :19) Passing dalam permainan sepak bola adalah seni memindahkan momentum bola dari satu pemain ke pemain lainnya. Passing yang baik dilakukan dengan menggunakan kaki, tetapi bagian tubuh lain juga bisa digunakan seperti menggunakan kepala dan dada. Passing membutuhkan banyak teknik yang sangat penting agar tetap dapat menguasai bola, dengan passing yang baik pemain akan dapat berlari ke ruang terbuka dan mengendalikan permainan saat membangun strategi penyerangan.

Setiap orang bisa melakukan permainan sepak bola ini dari usia anak-anak hingga orang

tua. Namun, tidak banyak pula yang bisa melakukan permainan sepak bola dengan baik dan benar. Teknik dasar dalam permainan sepak bola harus betul-betul dikuasai untuk pengembangan dan peningkatan prestasi. Salah satu usaha ini adalah menerapkan teknik – teknik dasar sepak bola kepada anak usia 15-17 tahun karena dinilai anak remaja memiliki potensi dalam pengembangan permainan sepak bola dibandingkan dengan orang dewasa. Di samping itu permainan sepak bola memerlukan waktu pembinaan yang cukup lama dari awal sampai menjadi pemain yang baik.

Berdasarkan hasil Observasi di lapangan diketahui kemampuan teknik passing menggunakan kaki bagian dalam pada siswa SMA Negeri 5 Lebong tahun pelajaran 2022/2023 di antaranya kemampuan teknik passingnya masih sangat rendah, banyak diantara mereka belum tahu dan mampu melakukan keterampilan teknik passing menggunakan kaki bagian dalam sepak bola dengan baik dan benar, terlebih siswa perempuannya. Di dalam proses pembelajarannya siswa tidak memperhatikan penjelasan guru tentang teknik dasar sepak bola dengan baik, kebanyakan siswa maunya langsung bermain tanpa memahami teknik-teknik dasar dalam permainan sepak bola yang baik dan benar, serta dalam siswa bermain kebanyakan siswa mengoper (passing) menggunakan ujung jari kaki tanpa menggunakan teknik yang benar, serta guru kurang memperhatikan dalam proses pembelajarannya dan kebanyakan anak-anak hanya sekedar bisa memainkannya saja tanpa menggunakan teknik-teknik dasar permainan sepak bola dengan baik dan benar sesuai dengan buku pelajarannya.

Menurut Ari Sutisyana (2006 : 19) Pendidikan jasmani adalah komponen pendidikan yang mengambil bagian melalui aktifitas jasmani. Aktifitas ini memberikan kesempatan peserta didik untuk mempelajari dan memahami penerapan hidup sehat dan akademis. menurut Adang Suherman, (2000:20) Mengatakan bahwa, pendidikan jasmani merupakan bagaian dari program pendidikan umum yang memberikan kontribusi terhadap pertumbuhan dan perkembangan anak secara menyeluru. Pendidikan jasmani didefinisikan sebagai pendidikan gerak dan pendidikan mulai bergerak, dan harus dilakukan dengan cara-cara yang sesuai dengan konsepnya.

## Metode Penelitian

Menurut Suwarno (2016:2) PTK merupakan penelitian tindakan yang dilakukan oleh guru sekaligus sebagai peneliti dikelasnya atau bersama-sama dengan orang lain (kolaborasi) dengan jalan merancang, melaksanakan tindakan secara kolaboratif yang bertujuan untuk memperbaiki atau meningkatkan kualitas proses pembelajaran kelas melalui suatu tindakan tertentu dalam suatu penelitian yang dilakukan pada sebuah kelas untuk mengetahui akibat tindakan yang diterapkan pada suatu subyek. Penelitian di kelas. Menurut Direktorat Pembinaan Tenaga Kependidikan dan Tenaga Ketenagaan Perguruan Tinggi (2005:1.5) meningkatkan kualitas pendidikan di sekolah dapat ditempuh melalui berbagai cara, antara lain meningkatkan bekal awal siswa baru, meningkatkan kompetensi guru, meningkatkan isi kurikulum, peningkatan kualitas pembelajaran, dan penelitian hasil belajar. Menyediakan bahan ajar yang memadai, dan penyediaan sarana belajar. Dari semua cara tersebut peningkatan kualitas hasil pembelajaran melalui peningkatan kualitas pendidik menduduki posisi yang sangat strategis dan akan berdampak positif.

## Hasil Penelitian

Pada tahap ini semua data yang sudah terkumpul, diolah dan dianalisa sesuai dengan cara dan ketentuan yang telah dikemukakan pada bab terdahulu berikut ini akan dianalisis permasalahan yang dijumpai dalam penelitian ini secara berurutan mengenai Upaya Meningkatkan Keterampilan *Passing* Kaki Bagian Dalam Pada Permainan Sepakbola di SMA Negeri 5 Lebong. Penelitian ini berfokus pada upaya untuk mengubah kondisi awal yang ada pada pembelajaran Keterampilan *Passing* Kaki Bagian Dalam Pada Permainan Sepakbola di SMA Negeri 5 Lebong. Proses tindakan ini merupakan bagian dari proses tindakan kelas dalam bentuk kegiatan pembelajaran keterampilan *passing* melalui metode latihan. Latihan dilakukan dengan cara melakukan peserta berada dibelakang garis *start*, pada aba-aba "ya" peserta tes lari kearah bola 1 dan menendang kesasaran 1 lari menuju bola 2 dan menendang kesasaran 2, selanjutnya lari menuju bola 3 dan menendang bola kesasaran 3, selanjutnya lari ke bola 4 dan menendang bola kesasaran 4 dan akhirnya lari

menuju garis finish. Kemudian dilanjut dengan peserta selanjutnya.

Proses tindakan dilaksanakan dengan merencanakan siklus, dengan setiap siklus dua kali pertemuan. Penelitian ini dilaksanakan setiap hari rabu sesuai dengan jadwal KBM. Pelaksanaan pembelajaran diamati dan dicatat oleh kolaborator yang akan digunakan sebagai dasar untuk evaluasi dan refleksi. Proses observasi dilakukan pada setiap pertemuan ketika pembelajaran sedang berlangsung.

### 1. Siklus I

Kegiatan siklus I pertemuan pertama, Kamis 17 Februari 2022 di SMA Negeri 5 Lebong pada pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan. Setelah bel masuk berbunyi peneliti masuk sesuai jadwal pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan, siswa berbaris dua saf, berdo'a, absen. Kemudian siswa melakukan pemanasan setelah itu melakukan permainan modifikasi, yaitu dengan membagi siswa dua regu agar siswa aktif semua, regu satu ada 12 siswa dan regu dua ada 13 siswa dan setiap regu ketika peluit berbunyi langsung mengambil sampah yang ada dilingkungan sekolah sebanyak-banyaknya. Permainan berakhir bila sudah mencapai waktu 3 menit dan tim yang paling banyak mengumpulkan sampah maka tim tersebut adalah pemenangnya.

### 2. Siklus II

Pada siklus II pertemuan pertama yang dilaksanakan pada hari Kamis pembelajaran akan diuraikan berdasarkan pada pengamatan saat proses pembelajaran sedang berlangsung yang melibatkan interaksi guru dan siswa. Berikut pengamatan pada saat proses pembelajaran berlangsung yang dibagi menjadi tiga bagian yaitu, pengamatan saat pendahuluan, pengamatan saat kegiatan inti, dan pengamatan kegiatan penutup.

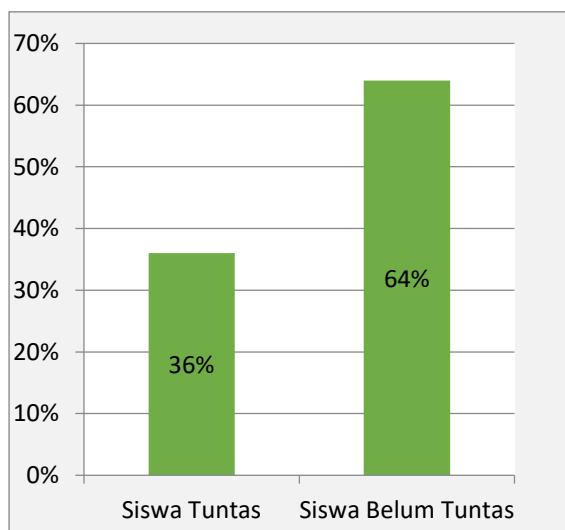
### 3. Siklus III

Pada siklus III pertemuan pertama yang dilaksanakan pada hari Kamis pembelajaran akan diuraikan berdasarkan pada pengamatan saat proses pembelajaran sedang berlangsung yang melibatkan interaksi guru dan siswa. Berikut pengamatan pada saat proses pembelajaran

berlangsung yang dibagi menjadi tiga bagian yaitu, pengamatan saat pendahuluan, pengamatan saat kegiatan inti, dan pengamatan kegiatan penutup.

Tabel 4.1 Hasil data observasi aktivitas guru dan siswa pada *passing* kaki bagian dalam Siswa Siklus II Pertemuan Pertama

No	Observasi	Jml	Persentase
1	Aktivitas Guru	5	50%
2	Aktivitas Siswa	6	60%



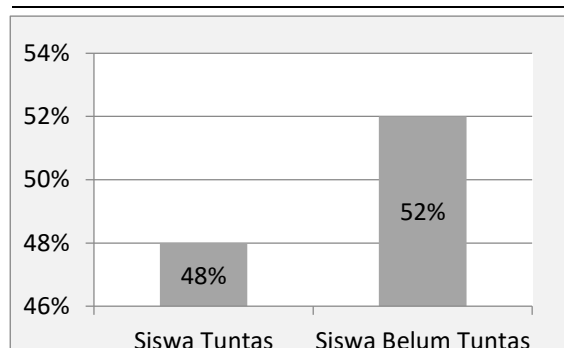
Dilihat dari grafik di atas pada keterampilan *passing*, yang mendapat nilai di atas kriteria ketuntasan minimal 75 yang telah ditentukan sekolah sebanyak 9 siswa, sehingga baru tercapai 36% dan 16 siswa belum mencapai kriteria ketuntasan minimal yaitu 64%. Berdasarkan deskripsi data siklus II, maka dalam pembelajaran ditemukan permasalahan hasil tes menunjukkan bahwa siswa yang tuntas belajarnya pada siklus II pertemuan pertama 36%. Indikator pencapaian belum tercapai sehingga perlu tindakan lanjutan.

Tabel 4.2 Hasil data observasi aktivitas guru dan siswa pada *passing* kaki bagian dalam Siswa Siklus II Pertemuan Kedua

No	Observasi	Jumlah	Persentase
1	Aktivitas	7	70%

**Guru**

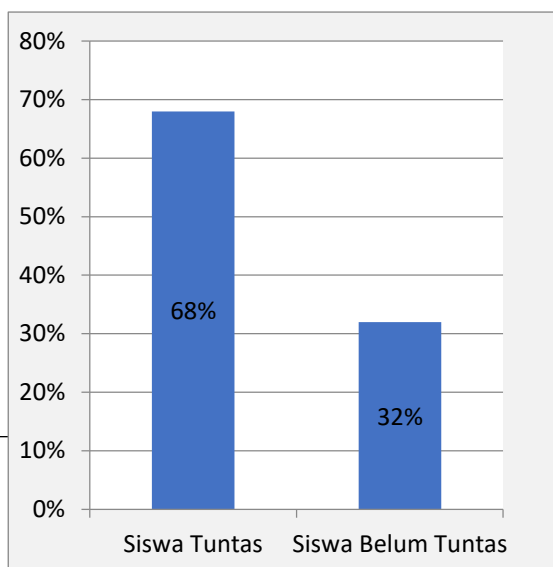
2	Aktivitas Siswa	7	70%
---	-----------------	---	-----



Dilihat dari grafik di atas pada keterampilan *passing*, yang mendapat nilai di atas kriteria ketuntasan minimal 75 yang telah ditentukan sekolah sebanyak 12 siswa, sehingga baru tercapai 48% dan 13 siswa belum mencapai kriteria ketuntasan minimal yaitu 52%. Berdasarkan deskripsi data siklus II, maka dalam pembelajaran ditemukan permasalahan hasil tes menunjukkan bahwa siswa yang tuntas belajarnya pada siklus II pertemuan kedua 48%. Indikator pencapaian belum tercapai sehingga perlu tindakan lanjutan.

Tabel 4.3 Hasil data observasi aktivitas guru dan siswa pada *passing* kaki bagian dalam Siswa Siklus III Pertemuan Pertama

No	Observasi	Jumlah	Persentase
1	Aktivitas Guru	7	70%
2	Aktivitas Siswa	8	80%



Dilihat dari grafik di atas pada keterampilan *passing*, yang mendapat nilai di atas kriteria ketuntasan minimal 75 yang telah ditentukan sekolah, sebanyak 17 siswa yang sudah tercapai dengan persentase 68% dan 8 siswa belum mencapai kriteria ketuntasan minimal yaitu 32%. Berdasarkan deskripsi data siklus II, maka dalam pembelajaran ditemukan permasalahan hasil tes menunjukkan bahwa siswa yang tuntas belajarnya pada siklus III pertemuan pertama 68%. Indikator pencapaian belum tercapai sehingga perlu tindakan lanjutan.

## Pembahasan

Hasil penelitian terhadap Upaya meningkatkan keterampilan *passing* kaki bagian dalam pada permainan sepakbola di SMA Negeri 5 Lebong dalam merencanakan pembelajaran dengan memperhatikan materi pelajaran, karakteristik siswa, sarana dan prasarana yang tersedia dan tentunya seorang guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan harus memberikan pembelajaran secara maksimal kepada siswa.

Data awal tes keterampilan *passing* kaki bagian dalam menunjukkan bahwa siswa yang mencapai KKM hanya 26%, yaitu siswa tuntas sebanyak 6 siswa, tidak tuntas 19 siswa (74%). Pada siklus satu pertemuan pertama terjadi peningkatan ketuntasan sebesar 36%, yaitu siswa tuntas 9 siswa dan siswa tidak tuntas 16 siswa (64%). Kemudian pada siklus satu pertemuan kedua terjadi peningkatan ketuntasan sebesar 48%, yaitu siswa tuntas 12 siswa dan siswa tidak tuntas 13 siswa (52%) setelah itu pada siklus dua pertemuan pertama terjadi peningkatan ketuntasan sebesar 68%, yaitu siswa tuntas 17 siswa dan siswa tidak tuntas 8 siswa (32%). Pada siklus dua pertemuan kedua terjadi peningkatan ketuntasan sebesar 84%, yaitu siswa tuntas 21 siswa dan siswa tidak tuntas 4 siswa (16%).

Dari hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa tindakan dengan latihan. Proses tindakan ini merupakan bagian dari proses tindakan kelas dalam bentuk kegiatan pembelajaran keterampilan *passing* melalui metode latihan. Latihan dilakukan dengan cara melakukan peserta berada dibelakang garis *start*, pada aba-aba "ya" peserta tes lari kearah bola 1 dan menendang kesasaran 1 lari menuju bola 2 dan menendang kesasaran 2, selanjutnya lari menuju bola 3 dan menendang bola kesasaran 3,

selanjutnya lari ke bola 4 dan menendang bola kesasaran 4 dan akhirnya lari menuju garis finish. Kemudian dilanjut dengan peserta selanjutnya. Latihan yang dilakukan dalam 2 siklus dengan setiap siklus 2 kali pertemuan terbukti mampu meningkatkan Upaya meningkatkan keterampilan *passing* kaki bagian dalam pada permainan sepakbola di SMA Negeri 5 Lebong. Siswa yang masih mendapat nilai dibawah KKM sebagian disebabkan karena kurangnya motivasi alam dirinya dalam melakukan kegiatan atau proses pembelajaran tersebut dan apa yang diberikan oleh guru masih ada yang belum memahami tetapi sudah melakukan.

## Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat diambil kesimpulan bahwa tindakan dengan latihan *passing* yang dilakukan dalam 3 siklus dengan setiap siklus 2 kali pertemuan terbukti mampu meningkatkan keterampilan *passing* kaki bagian dalam pada permainan sepakbola di SMA Negeri 5 Lebong. Data awal tes keterampilan *passing* kaki bagian dalam menunjukkan bahwa siswa yang mencapai KKM hanya 26%, yaitu siswa tuntas sebanyak 6 siswa, tidak tuntas 19 siswa (74%). Pada siklus satu pertemuan pertama terjadi peningkatan ketuntasan sebesar 36%, yaitu siswa tuntas 9 siswa dan siswa tidak tuntas 16 siswa (64%). Kemudian pada siklus satu pertemuan kedua terjadi peningkatan ketuntasan sebesar 48%, yaitu siswa tuntas 12 siswa dan siswa tidak tuntas 13 siswa (52%) setelah itu pada siklus dua pertemuan pertama terjadi peningkatan ketuntasan sebesar 68%, yaitu siswa tuntas 17 siswa dan siswa tidak tuntas 8 siswa (32%). Pada siklus dua pertemuan kedua terjadi peningkatan ketuntasan sebesar 84%, yaitu siswa tuntas 21 siswa dan siswa tidak tuntas 4 siswa (16%).

## Daftar Pustaka

- Ari, Sutisyana. 2006. *Jurnal pendidikan jasmani dan olahraga*. Universitas Bengkulu
- Arikunto Suharsimi. 2012. *Prosedur Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta

- 
- Arikunto Suharsimi,dkk. 2012. *Penelitian Tindakan Kelas*. Jakarta: Bumi Aksara
- Arsil, N. 2007. *Pembinaan Kondisi Fisik*. Padang: Wineka Media. Fik UNP
- Cipta Nugraha, Andi. 2012. *Mahir Sepakbola*. Bandung.
- Danny, Mielke. 2007. *Dasar-dasar sepakbola*. Bandung :Pakar Raya
- Dimiyati. 2006. *Bejalar dan pembelajaran*. Jakarta: Rineka Cipta
- Erianti, 2004. *Teknik Permainan Sepakbola*.FIK UNP
- Muhajir. 2007. *Pendidikan jasmani*. Jakarta: Yudistira
- Mulia dan suwarno. 2016. *PTK (penelitian Tindakan Kelas) dengan pembelajaran berbasis kearifan lokal dan penulisan artikel ilmiah di Di SD Negeri kalisube bayumas*. Jurnal Ilmiah Kependidikan, vol,IX,NO, 2 2016
- Muliadi, Hendra, M Rifat, Wakidi. 2012. *Upaya meningkatkan teknik dasar bermain sepakbola dengan metode modifikasi permainan pada sisiwa kelas VI madrasah Ibtidaya Al-Ma'arif 03 tanjung paoh*. Jurnal pendidikan jasmani kesehatan dan rekreasi, volume 1 nomor 1 juli 2014.
- Slameto. 2010. *Belajar dan paktor yang mempengaruhi*. Jakarta: Rineka Cipta
- Soekatamsi, 1993. *Permainan Besar (Sepakbola)*. Jakarta: Depdikbut.
- Subardi dan Andri Setyawan. (2007). *Olahraga Kegemaranku Sepakbola*. Klaten : PT. Intan Pariwara.
- Sucipto, Dkk. 2000. *Sepakbola*. Jakarta: Direktorat Jenderal pendidikan dasar dan menengah bagian proyek penataran D.III.
- Suherman, Adang. 2000. *Dasar-dasar penjaskes*. Jakarta: Depdiknas
- Tama, Andi Wijaya Putra. 2014. *Penerapan media dinding untuk meningkatkan keterampilan passing dengan kaki bagian dalam permainan sepakbola*. Universitas Bengkulu
- Taniredja, Tukiran.dkk. 2010. *Penelitian Tindakan Kelas*. Bandung: Alfabeta
- Toho, Cholik Mutohir.*Gagasan-gagasan tentang pendidikan jasmani dan olahraga* 2002. Surabaya.
-