
UPAYA MENINGKATKAN HASIL BELAJAR DRIBBLING SISWA DALAM PERMAINAN SEPAK BOLA MELALUI VARIASI PEMBELAJARAN PADA SISWA SMA N 07 BENGKULU UTARA

I. Saputra^{1,a)}, Martiani¹⁾, Mesterjon¹⁾

Affiliation:

1.SMA N 07 Bengkulu Utara

2.Pendidikan Jasmani FKIP

UNIVED Bengkulu

Corresponding Author:

Shaputrainawan33@gmail.com

Abstrak

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui keterampilan *Dribbling* dalam permainan sepakbola melalui variasi pembelajaran di SMA N 07 Bengkulu Utara. Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah Penelitian Tindakan Kelas. Dengan jumlah sampel 25 orang siswa, teknik pengambilan sampel dengan menggunakan tes *Dribbling*. Teknik analisis data yang digunakan persentase frekuensi. Adapun hasil penelitian yang diperoleh adalah pada siklus I jumlah siswa mendapatkan nilai >75 sebanyak 7 siswa pada siklus II siswa yang mendapat nilai >75 sebanyak 25 siswa. Disimpulkan bahwa variasi pembelajaran mempengaruhi nilai *Dribbling* dalam permainan sepakbola siswa kelas XI IPA SMA N 07 Bengkulu Utara.

Kata Kunci : *Dribbling*, Variasi Pembelajaran



Pendahuluan

Pendidikan jasmani sebagai salah satu bidang pengajaran di sekolah, mengandung dua kata, yaitu Pendidikan dan Jasmani. Kata Pendidikan mempunyai arti usaha sadar untuk menyiapkan peserta didik melalui kegiatan bimbingan, pengajaran, dan latihan bagi peranannya dimasa yang akan datang. Jasmani adalah tubuh atau badan manusia sebagai organisme yang hidup dengan segala daya dan kemampuannya. Bila ditinjau dengan seksama. Pendidikan Jasmani mengandung dua gagasan (ide) yaitu pertama, suatu usaha Pendidikan melalui aktivitas jasmani demi tercapainya kualitas jasmani yang diinginkan. Kedua suatu usaha Pendidikan dengan menggunakan aktivitas yang ditetapkan. Aplikasi dari gagasan pertama terlihat dalam kegiatan untuk peningkatan kemampuan organ-organ tubuh (kesehatan) dan kemampuan gerak (*psikomotor*). Kedua

adalah manfaat gerak atau aktivitas dalam Pendidikan Jasmani sebagai alat untuk mencapai tujuan Pendidikan (Afdal, 2019).

Dalam pembelajaran pendidikan jasmani diperlukan modifikasi pembelajaran agar proses pembelajaran dapat mencerminkan karakteristik program

pendidikan jasmani itu sendiri, yaitu *developmentally appropriate practice (DAP)* yang berarti bahwa tugas ajar yang disampaikan harus memperhatikan perubahan kemampuan atau kondisi anak, dan dapat membantu mendorong perubahan tersebut. Dengan demikian tugas ajar tersebut harus sesuai dengan tingkat perkembangan dan tingkat kematangan anak didik yang diajarnya. Upaya memodifikasi pembelajaran dimaksudkan untuk menuntun, mengarahkan, dan membelajarkan siswa yang tadinya tidak bisa menjadi bisa, yang tadinya kurang terampil menjadi terampil (Raharjo, 2013).

Teknik dasar permainan sepakbola merupakan hal yang sangat penting dalam permainan sepakbola karena itu merupakan hal yang harus dikuasai seorang pemain apa bila ingin bermain bola dengan baik. Teknik dasar permainan sepak bola ada beberapa macam yaitu *controlling* (menghentikan bola), *passing* (mengumpan), *shooting* (menendang bola ke gawang), *heading* (menyundul), dan *dribbling* (menggiring) (Afdal, 2019).

Bermain sepakbola tidak hanya dituntut memiliki fisik dan mental yang kuat tetapi setiap pemain perlu memiliki teknik dasar yang baik pula. Kemampuan pemain menguasai teknik dasar dapat mendukung penampilannya dalam bermain sepakbola baik secara individu maupun secara tim. Beberapa teknik dasar yang harus dikuasi oleh pemain sepakbola antara lain menendang (*kicking*), menghentikan (*stopping*), menggiring (*dribbling*), menyundul (*heading*), merampas (*tackling*), lemparan

kedalam (throw-in), dan menjaga gawang (goal keeping). (Suparno dan Suwandi, 2008: 2-3).

Sepakbola merupakan salah satu olahraga permainan yang sudah dimainkan sejak lama diberbagai negara, meskipun menggunakan istilah yang berbeda. Semua permainan itu memiliki tujuan yang sama yaitu permainan yang dimainkan oleh dua tim dan permainan dari tiap tim berusaha memainkan bola dan menjaga bola agar tidak direbut oleh tim lawan dan berusaha memasukkan bola ke gawang lawan seperti yang dikemukakan oleh Hamdani (2007:3) yaitu: di negeri Cina kala itu Dinasti Han melatih tentara menggunakan “tsu-chu” untuk latihan fisiknya, yaitu latihan menendang bola kulit memasukkan kedalam jaring kecil yang dikaitkan pada batang-batang bambu panjang, selain di Cina permainan sepakbola telah dimainkan juga di Jepang yang bernama Kemari, meski untuk tidak kompotitif seperti di Cina. Yunani dengan “episkyros”, Italia dengan “haspartum”, dan Prancis dengan “chole” (Afdal, 2019).

Untuk itu diperlukan adanya model pembelajaran efektif yang dapat digunakan untuk guru sehingga siswa dapat meningkatkan keterampilan dalam cabang olahraga tersebut. Beberapa metode, model dan gaya mengajar, yang sering dipergunakan oleh seorang guru diantaranya adalah pemrosesan informasi, gaya mengajar komando, divergent, pembelajaran kooperatif dsb. Itulah beberapa metode, gaya dan strategi yang biasa dipergunakan oleh seorang guru, khususnya guru penjas. Dalam pembelajaran penjas seorang guru di tuntut kreatifitasnya untuk menggunakan gaya, metode dan strategi mengajar yang tepat, sehingga antusias siswa dalam pembelajaran cukup tinggi.

Variasi dalam pembelajaran pendidikan jasmani merupakan kegiatan pemberian beraneka ragam bentuk sajian yang bertujuan menghilangkan kejenuhan yang dialami oleh siswa dan juga guru. Penerapan variasi pembelajaran khususnya pada materi sepak bola dalam pembelajaran pendidikan jasmani sangat mutlak

diperlukan. Diharapkan dengan berbagai variasi pembelajaran siswa tertarik dan termotivasi untuk belajar. Menggiring atau dribbling bola padapermainan sepak bola merupakan teknik dasar yang harus dimiliki. Dribbling bertujuan untuk melewati pemain lawan sehingga tujuan dari permainan sepak bola (mencetak gol) dapat tercapai (Munawar, dkk, 2018).

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan di SMA Negeri 07 Bengkulu Utara, Kecamatan Putri Hijau, Kabupaten Bengkulu Utara, Kota Bengkulu. Memiliki pencapaian Standar Kompetensi Belajar Minimal (SKBM) mata pelajaran Olahraga adalah 75,00. Salah satu masalah yang dihadapi siswa di SMA Negeri 07 Bengkulu Utara, dalam belajar Pendidikan Jasmani dan Kesehatan adalah rendahnya kemampuan dribbling siswa. Pada saat proses pembelajaran berlangsung sebagian peserta didik saat melakukan Dribbling tidak sesuai dengan sikap permulaan, sikap perkenaan pada bola, dan sikap akhir yang seharusnya. Masih rendahnya kemampuan guru untuk mencari model-model pembelajaran Dribbling sehingga proses pembelajaran menjadi monoton. Untuk itu diperlukan adanya model pembelajaran efektif yang dapat digunakan untuk guru sehingga siswa dapat meningkatkan keterampilan dalam cabang olahraga tersebut. Secara umum guru berperan dalam membagi siswa secara berkelompok, yakni ada yang bertindak sebagai pengamat dan bertindak sebagai pemain. Dengan gaya variasi dalam mengajar diharapkan siswa dapat menentukan salah satu teknik yang mampu meningkatkan pembelajaran Dribbling pada olah raga sepakbola.

Melihat dari uraian diatas maka penulis berencana mengupayakan meningkatkan hasil belajar permainan sepakbola khususnya pada pelajaran Dribbling dengan variasi dalam pembelajaran. Dengan variasi dalam pembelajaran Dribbling ini diharapkan dapat meningkatkan penguasaan gerak dasar Dribbling siswa dalam permainan sepakbola dan untuk meningkatkan peran aktif siswa serta partisipasi siswa dalam mengikuti pembelajaran.

Berdasarkan latar belakang diatas maka penulis bermaksud mengadakan Penelitian Tindakan Kelas pada siswa SMA Negeri 07 Bengkulu Utara dengan judul “Upaya Meningkatkan Hasil Belajar *Dribbling* Dalam Permainan Sepakbola Melalui Variasi Pembelajaran Pada Siswa SMA N 07 Bengkulu Utara”.

Jenis Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan adalah jenis penelitian PTK. Dalam jenis penelitian dilakukan dengan tes awal, merumuskan masalah yang mungkin dihadapi dan membuat program latihan. Langkah yang dipersiapkan ialah dua hari sebelum penelitian dimulai peneliti sudah mengumpulkan pemain, seluruh pemain disuruh mempersiapkan diri untuk menghadapi tes awal yang akan dilakukan, dan menyiapkan materi tes dan cara mengidentifikasi hasil.

Selain rancangan di atas penulis juga merancang, membahas dan mendiskusikan masalah pemain dengan pelatih observer untuk menyamakan persepsi atau penelitian yang akan dilakukan, membuat program bentuk latihan, membuat jadwal latihan (pertemuan).

Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di SMA Negeri 07 Bengkulu Utara, Kabupaten Bengkulu Utara. Penelitian ini akan dilaksanakan pada semester genap, tahun ajaran 2021/2022.

Subjek Penelitian

Populasi merupakan sekumpulan individu yang memiliki sifat-sifat yang hampir sama menjadi objek penelitian yang akan membantu dalam usaha memperoleh data untuk menguji kebenaran dalam hipotesis penelitian ini. Berdasarkan hal tersebut yang menjadi populasi dalam penelitian ini adalah siswa SMA Negeri 7 Bengkulu Utara.

Sampel penelitian yang digunakan adalah 25 orang siswa SMA Negeri 7 Bengkulu Utara kelas XI.

Teknik Pengumpulan Data

Dalam penelitian ini merupakan Penelitian Tindakan Kelas (PTK). Maka data yang diperoleh berupa hasil observasi dan hasil penilaian siswa atau kemampuan siswa. Hasil observasi merupakan pengamatan yang dilakukan terhadap siswa dalam proses pembelajaran. Sedangkan kemampuan siswa yang dinilai di sini adalah keterampilan mendribel bola pada

permainan sepakbola.

Dalam penelitian ini penulis menggunakan teknik pengumpulan data sebagai berikut:

1. Observasi: penelitian mengadakan pengamatan secara langsung terhadap objek yang akan diteliti seperti pengamatan proses pembelajaran dilapangan.
2. Tes: dilakukan kepada peserta didik kelas XI SMA Negeri 7 Bengkulu Utara. Dengan menyiapkan beberapa pertanyaan dan konsultasi kepada siswa.
3. Dokumentasi: engumpulan data dilakukan dengan mengumpulkan dokumendokumen yang berkaitan dengan objek yang akan diteliti, baik berupa foto-foto, video, dan dokumentasi lainnya.

Teknik analisis data yang penulis gunakan dalam penelitian ini adalah Teknik analisis data kuantitatif, karena penelitian ini berbentuk deskriptif, maka digunakan tabel frekwensi.

Hasil Penelitian

Dari uraian dikemukakan apakah hasil yang diperoleh telah atau belum dapat meningkatkan keterampilan mendribel bola pada permainan sepakbola melalui metode variasi mengajar pada siswa kelas XI IPA Negeri 07 Bengkulu Utara. Keberhasilan tersebut dusesuiakan dengan indikator kinerja yang telah ditetapkan dalam penelitian ini. Adapun bentuk pembahasan penelitian ini dipaparkan dan diuraikan sebagai berikut:

a. Nilai Tes Siklus 1

Pembelajaran akan tuntas apabila siswa dari suatu kelas mendapat nilai minimal 75, Secara Klasikal Minimal 75 % dari seluruh jumlah siswa dikelas.

Pada tes siklus 1, siswa kelas XI IPA yang mendapat nilai minimal 75 dengan kategori Baik sebanyak 7 orang siswa, dengan persentase sebesar 28%. Maka pembelajaran sepak bola tanpa variasi pembelajaran dapat dikatakan belum berhasil, karena jumlah siswa dengan nilai minimal 75 sebanyak 7siswa atau $28\% < 75\%$.

b. Nilai Tes Siklus II

Pembelajaran akan tuntas apabila siswa dari suatu kelas mendapat nilai minimal 75, Secara Klasikal Minimal 75 % dari seluruh jumlah siswa dikelas.

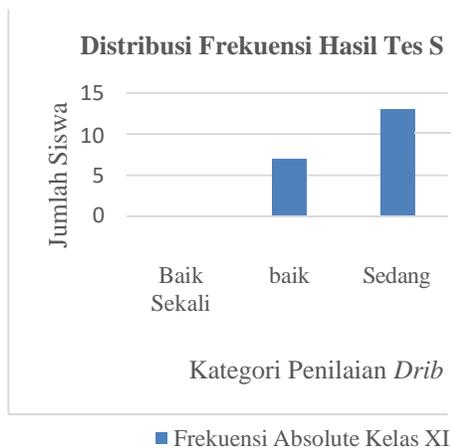
Pada tes siklus 2 yang dilakukan setelah diberikannya perlakuan dribbling dengan variasi mengajar, kelas XI IPA siswa yang mendapat nilai minimal 75 dengan kategori Baik sebanyak 1 orang

siswa dan dengan kategori Baik Sekali sebanyak 24 siswa, dengan persentase sebesar 100%. Maka pembelajaran sepak bola dengan variasi pembelajaran dapat dikatakan berhasil, karena jumlah siswa dengan nilai minimal 75 sebanyak 25 orang siswa atau 100% > 75%.

c. Distribusi Frekuensi Hasil Tes Siklus I

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Hasil Tes Siklus I

No	Klasifikasi	T-score	Frekuensi Absolut Kelas XI	Frekuensi Relatif Kelas XI (%)
1	Baik sekali	≥ 66	0	0
2	Baik	53-65	7	28
3	Sedang	41-52	13	52
4	Kurang	≤ 40	5	20

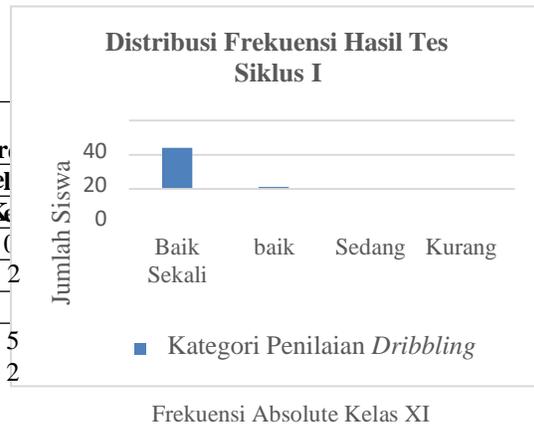


Gambar 1. Distribusi Frekuensi Hasil Tes Siklus I

Pada tabel 1 dijelaskan, distribusi frekuensi hasil tes siklus I pada klasifikasi “Baik Sekali” tidak terdapat satupun siswa pada kelas XI IPA, dengan persentase sebesar 0%. Pada klasifikasi “Baik”, pada kelas XI IPA sebanyak 7 siswa dengan persentase sebesar 28%, Pada klasifikasi “Sedang”, pada kelas XI IPA sebanyak 13 siswa dengan persentase sebesar 52%, Pada klasifikasi “Kurang”, sebanyak 5 siswa dengan persentase sebesar 20%.

d. Distribusi Frekuensi Hasil Tes Siklus II

No	Klasifikasi	T-score	Frekuensi Absolut Kelas XI	Frekuensi Relatif (%) Kelas XI
1	Baik sekali	≥ 66	24	96 %
2	Baik	53-65	1	4 %
3	Sedang	41-52	0	0 %
4	Kurang	≤ 40	0	0 %



Gambar 2. Distribusi Frekuensi Hasil Tes Siklus 2

Pada tabel 2 dijelaskan, distribusi frekuensi hasil tes siklus II dilakukannya perlakuan, pada klasifikasi “Baik Sekali” terdapat 24 siswa pada kelas XI IPA dengan persentase sebesar 96%, pada klasifikasi

“Baik”, sebanyak 1 siswa dengan persentase sebesar 4%, pada klasifikasi “Sedang”, tidak terdapat siswa

dengan kategori nilai sedang. Pada klasifikasi “Kurang”, tidak terdapat siswa dengan kategori nilai kurang.

Pembahasan

Berdasarkan analisis data pada penelitian ini diketahui bahwa ketuntasan hasil belajar telah dicapai oleh siswa pada sekali pengulangan materi pembelajaran. Keterampilan gerakan mendribel bola dengan menggunakan metode variasi mengajar pada siswa kelas XI IPA SMA Negeri 07 dapat dikatakan meningkat dengan rata-rata keterampilan siswa pada saat siklus I dengan kategori sedang pada kelas XI IPA dengan persentase T-Score 49,04% dengan jumlah siswa yang tuntas sebanyak 7 orang siswa atau 28%. Hal tersebut menunjukkan bahwa pembelajaran sepak bola tanpa variasi pembelajaran dapat dikatakan belum berhasil, karena jumlah siswa dengan nilai

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Hasil Tes Siklus II

minimal 75 sebanyak 7 siswa pada kelas XI IPA dengan persentasi sebesar 28%, jumlah keseluruhan 7 orang siswa mendapat nilai 75 dengan persentasi sebesar 26% < 75%.

Sedangkan pada siklus II keterampilan rata-rata

siswa dikategorikan kompeten dengan rata-rata persentase 100% yang menunjukkan bahwa kemampuan siswa dalam melakukan gerakan mendribel bola sudah lebih baik dibandingkan dengan siklus I dimana nilai keterampilan gerakan mendribel bola terdapat 25 orang siswa pada kelas XI IPA atau 100%, sehingga nilai tersebut telah melewati nilai yang ditetapkan dalam penelitian ini yaitu 75%. Pada distribusi frekuensi hasil tes pada siklus II, pada klasifikasi “Baik Sekali” terdapat 24 siswa pada kelas XI IPA dengan persentase sebesar 96%, pada klasifikasi “Baik”, sebanyak 1 siswa dengan persentase sebesar 4%, pada klasifikasi “Sedang”, tidak terdapat siswa dengan kategori nilai sedang. Pada klasifikasi “Kurang”, tidak terdapat siswa dengan kategori nilai kurang

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa dengan menggunakan variasi mengajar maka kemampuan gerakan mendribel bola siswa dapat ditingkatkan menjadi lebih baik dari sebelumnya tentunya dengan berlatih secara rutin. Pada kegiatan belajar mengajar pada siklus II ini keaktifan siswa dalam melakukan kegiatan praktek meningkat bila dibandingkan pada siklus I, baik secara klasikal maupun secara individu. Tidak hanya praktek saja akan tetapi keaktifan yang lain juga meningkat seperti: perhatian tentang penjelasan materi, sikap kerjasama serta tanggung jawab terhadap tugas-tugas yang diberikan oleh guru.

Berdasarkan hasil penelitian ini, maka dapat dipahami bahwa metode variasi mengajar terbukti dapat digunakan untuk meningkatkan keterampilan teknik dasar mendribel bola siswa menjadi lebih baik dari sebelumnya. Sehingga metode ini dapat juga digunakan untuk meningkatkan hasil belajar siswa pada materi pembelajaran yang lain.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat disimpulkan bahwa nilai hasil belajar *Dribbling* siswa meningkat dengan menggunakan variasi belajar. Hal ini dibuktikan pada siklus I jumlah siswa

mendapatkan nilai >75 sebanyak 7 siswa pada kelas XI IPA dan pada siklus II siswa yang mendapat nilai >75 sebanyak 25 siswa. Disimpulkan bahwa variasi pembelajaran mempengaruhi nilai *Dribbling* dalam permainan sepakbola siswa kelas XI IPA SMA N 07 Bengkulu Utara

Daftar Pustaka

- Afdal. M, 2019, *Upaya Meningkatkan Kemampuan Dribbling Dalam Permainan Sepak Bola Menggunakan Gaya Mengajar Divergent Di Smp Negeri 1 Balusu*, Skripsi Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Makassar
- Hamdani, A.R. 2007. *Permainan Sepak Bola*. Surabaya : Apollo
- Munawar. A.A, Aditya. R, Qodri. H, 2018, *Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Dribbling Sepak Bola Melalui Variasi Pembelajaran Pada Siswa Kelas X Tkj Smk Muhammadiyah 04 Medan*, Jurnal Ilmiah Stok Bina Guna Medan Volume 6 Nomor 2.
- Raharjo. T, 2013, *Upaya Peningkatan Pembelajaran Sepakbola Menggunakan Permainan Sepakbola Mini Pada Siswa Kelas V Sdn Gaji 1 Kecamatan Guntur Kabupaten Demak*, Skripsi Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang
- Suparno dan Suwandi, 2008, *Penjasorkes*. Jakarta: Bumi Aksara.