

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Pendidikan Jasmani menurut Hartono dkk (2013:2) merupakan pendidikan yang memanfaatkan aktivitas fisik untuk membugarkan dan menghasilkan perubahan holistik dalam kualitas individu, baik dalam hal fisik, mental dan emosional.

Wawan S. Suherman (2004: 23) Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan adalah suatu proses pembelajaran melalui aktivitas jasmani yang didesain untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan dan perilaku hidup sehat dan aktif, dan sikap sportif, kecerdasan emosi.

Pendidikan jasmani merupakan salah satu mata pelajaran yang tercantum pada kurikulum, sehingga keterampilan gerak, kemampuan, pengetahuan, dan sikap positif sangatlah ditentukan dari kurikulum yang baik. Sesuai dengan kurikulum pendidikan jasmani mempelajari tentang bagaimana model pembelajaran, tujuan pembelajaran, materi pembelajaran, metode pembelajaran, sumber pembelajaran, hingga bagaimana evaluasi pembelajaran diadakan. Peranan pendidikan jasmani sangatlah penting, yang memberikan kesempatan kepada siswa untuk terlibat langsung dalam aneka pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani, bermain dan olahraga yang dilakukan secara sistematis. "Pendidikan jasmani pada dasarnya merupakan bagian integral dari sistem pendidikan secara keseluruhan, bertujuan untuk mengembangkan aspek kesehatan, kebugaran jasmani, keterampilan berfikir kritis, stabilitas emosional, keterampilan sosial, penalaran dan tindakan moral melalui aktivitas jasmani dan olahraga" (Rahayu, 2013:1).

Pendidikan jasmani bertujuan untuk meningkatkan kebugaran jasmani dan daya tahan tubuh, sehingga dengan bugarnya kondisi siswa akan memengaruhi tingkat belajar siswa serta minat dalam mengikuti pembelajaran. Pendidikan jasmani mengajarkan tentang gerakan. Gerakan tersebut adalah

dasar dalam sebuah olahraga seperti kelenturan, keseimbangan, kekuatan, kecepatan, keakuratan, dan keselarasan. Pendidikan jasmani sendiri mengajarkan banyak sekali gerakan dalam berbagai cabang olahraga. Cabang olahraga tersebut antara lain seperti lari, lompat, lempar, sepak bola, bola basket, bola voli, badminton, senam dan masih banyak lagi. Pendidikan jasmani yang populer di kalangan siswa atau pun peserta didik adalah bola basket, sepak bola, dan bola voli.

Dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani, guru harus dapat mengajarkan beberapa keterampilan dasar, teknik dan strategi permainan dan olahraga, internalisasi nilai-nilai (sportifitas, kejujuran dan kerjasama) dari pembiasaan pola hidup sehat, pelaksanaannya bukan melalui pengajaran konvensional didalam kelas yang merupakan kajian teoritis, namun melibatkan unsur fisik dan mental, intelektual, emosional dan social. Aktivitas yang diberikan dalam pengajaran harus mendapatkan sentuhan metodik dan sehingga aktivitas dapat mencapai tujuan pengajaran, melalui pendidikan jasmani siswa diharapkan mendapat memperoleh berbagai pengalaman untuk mengungkapkan kesan pribadi yang menyenangkan, kreatif, inovatif, terampil, meningkatkan dan meningkatkan kesegaran jasmani serta pemahaman terhadap gerak siswa.

Dalam Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional pada Pasal 1 Ayat 1 menyatakan bahwa “Pendidikan adalah suatu usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat bangsa dan negara”.

Menurut Wijaya & Kanca (2019:82) media pembelajaran merupakan bagian terpenting dalam menentukan sebuah keberhasilan dalam pelaksanaan pembelajaran. Menurut Hasana (2021:82) tujuan media yaitu menyodorkan kemudahan dan peluang yang semakin dapat dijangkau luas saat proses pembelajaran.

Variasi latihan menurut Mulyasa (2010:10) adalah suatu bentuk latihan atau perubahan dalam proses kegiatan yang bertujuan untuk meningkatkan motivasi atlet, serta mengurangi kejenuhan dan kebosanan, variasi latihan dilakukan untuk meningkatkan prestasi atlet menjadi lebih dan variasi juga menghilangkan rasa jenuh dalam kegiatan latihan. Menurut Harsono (1988:121) variasi latihan merupakan untuk pencegahan kemungkinan timbulnya kebosanan dalam berlatih, pelatihan harus kreatif dan pandai-pandai mencari dan menerapkan variasi-variasi dalam latihan, kemampuan ini penting agar motivasi dan rangsangan minat berlatih tetap tinggi.

Permainan sepak bola menurut Muhajir (2007:11) adalah sesuatu permainan yang dilakukan dengan jalan menyepak, yang mempunyai tujuan untuk memasukan bola ke gawang lawan dengan mempertahankan gawang tersebut tidak kemasukan bola. Menurut Sodikin dan Achmad (2010:2) bahwa sepak bola merupakan permainan yang dilakukan oleh dua regu. Setiap tim terdiri atas 11 pemain. Permainan sepak bola membutuhkan kerja sama tim yang kompak. Di samping itu, variasi dan kombinasi teknik-teknik dasar juga diperlukan dalam permainan ini.

Menggiring bola menurut Soekatamsi (1992:34) adalah melewati lawan, untuk mencari kesempatan memberikan bola umpan kepada teman dengan tepat, untuk menguasai bola atau menahan bola agar tetap dalam pengawasan, dan untuk menyelamatkan bola apabila tidak terdapat kemungkinan atau kesempatan untuk dengan segera memberikan operan kepada teman.

Margono dan Budi Ariyanto (2010: 21) “Menggiring bola (dribbling) dilakukan dengan cara melakukan sentuhan-sentuhan kaki terhadap bola” Teknik ini bertujuan mengarahkan bola ke arah yang kita inginkan. usahakan bola tidak jauh dari kaki.

Mualimin & RAH Cahyadi (2014:5) menyatakan bahwa PTK adalah penelitian yang dilakukan pada sebuah kelas untuk mengetahui akibat tindakan yang diterapkan pada suatu subyek penelitian di kelas tersebut.

SDN 11 sengkuang bora mengapa peneliti mengambil penelitian tindakan kelas atau di singkat PTK, karna di SD 11 Sengkuang Bora minim

nya fasilitas dan kurangnya variasi latihan dari kurangnya fasilitas menyebabkan adanya siswa yang kurang mendapatkan materi sehingga menghambat siswa melakukan teknik menggiring bola dalam materi pembelajaran sepak bola.

Penjelasan uraian di atas, disimpulkan bahwa gerakan menggiring bola mempunyai kegunaan yang sangat penting saat melewati lawan, mencari kesempatan memberi bola umpan kepada teman serta menguasai jalannya permainan didalam suatu pertandingan sepak bola oleh karena itu, teknik menggiring bola perlu dilatihkan sejak dini khususnya di sekolah.

Proses pembelajaran sepak bola khususnya menggiring, banyak sekali metode pembelajaran yang dapat dimanfaatkan oleh guru agar dapat menarik minat siswa dengan materi yang diajarkan serta untuk mengatasi keterbatasan-keterbatasan fasilitas yang ada di sekolah, ada kesan dikalangan siswa bahwa olahraga sepak bola hanya berisi seperangkat gerak dan tidak bervariasi.

Keterbatasan fasilitas yang digunakan membuat guru kesulitan dalam menyampaikan materi ajar kepada siswa. Selain itu juga membuat siswa harus menunggu sekian waktu untuk mendapatkan gilirannya dalam mempraktikkan materi menggiring bola yang diajarkan. Tentu saja ini membuat siswa bosan dan pada akhirnya siswa lebih banyak tidak memperhatikan apa yang disampaikan oleh guru pendidikan jasmani. Dengan inovasi-inovasi dalam proses pembelajaran yang diberikan oleh guru Pendidikan Jasmani, diharapkan siswa dapat menguasai serta lebih tertarik dengan materi yang disampaikan oleh guru dan dapat meningkatkan semangat belajar siswa.

Permasalahan yang kemudian muncul adalah bagaimana cara mengajarkan teknik menggiring bola dengan tepat dan benar, padahal kenyataan yang lihat di sekolah maupun sekolah sepakbola di sekitar banyak kekurangan fasilitas olahraga, seperti ketahu bersama bahwa anggaran yang dibutuhkan untuk mengadakan fasilitas olahraga tersebut sangatlah besar, satu contoh yang sederhana adalah bola, bola yang disediakan sangatlah terbatas, kondisi semacam itu menjadi kendala saat proses kegiatan belajar mengajar berlangsung, maka seorang guru penjas dituntut untuk mempunyai kreatifitas

dalam memberikan materi pelajaran penjas, khususnya dalam teknik menggiring bola.

Keterbatasan fasilitas yang digunakan membuat guru kesulitan dalam menyampaikan materi yang diajarkan kepada siswa, selain itu juga membuat siswa harus menunggu sekian waktu untuk mendapatkan gilirannya dalam mempraktikkan materi menggiring bola yang diajarkan. Tentu saja ini membuat siswa bosan dan pada akhirnya siswa lebih banyak tidak memperhatikan apa yang disampaikan oleh guru pendidikan jasmani. Selain itu Kurangnya inovasi dalam mengembangkan metode penyampaian materi dalam pembelajaran menggiring bola. Dengan inovasi-inovasi dalam proses pembelajaran yang diberikan oleh guru Pendidikan Jasmani, diharapkan siswa dapat menguasai serta lebih tertarik dengan materi yang disampaikan oleh guru.

Dari uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa gerakan menggiring bola mempunyai kegunaan yang sangat penting saat melewati lawan, mencari kesempatan memberi bola umpan kepada teman serta menguasai jalannya permainan didalam suatu pertandingan sepak bola. Oleh karena itu, teknik menggiring bola perlu dilatihkan sejak dini khususnya di sekolah. Proses pembelajaran sepak bola khususnya menggiring, banyak sekali metode pembelajaran yang dapat dimanfaatkan oleh guru agar dapat menarik minat siswa dengan materi yang diajarkan serta untuk mengatasi keterbatasan-keterbatasan fasilitas yang ada di sekolah. Materi menggiring bola yang diajarkan sangatlah membosankan. Ada kesan dikalangan siswa bahwa olahraga sepak bola hanya berisi seperangkat gerak monoton dan tidak bervariasi.

Cara pembuatan bola plastik untuk melakukan pembelajaran bola kaki yang pertama menggunakan alat atau bahan plastik menggunakan bahan bahan yang sederhana seperti plastik indomart dan plastik alfamart dan lak ban hitam. Dengan cara memasukan semua plastik ke dalam satu plastik sedang dan di penuhi lalu di sesuaikan ukuran dan setelah itu di lakban rapika sehingga membuat bular seperti bola asli.

Proses pembelajaran menggiring bola di SDN 11 Sengkuang Bora Kabupaten Melawi juga memiliki permasalahan yang sama. Hal ini dapat dilihat dari hasil belajar siswa pada materi menggiring bola yang belum optimal. Berdasarkan pengamatan yang telah dilakukan, proses pembelajaran menggiring bola di sekolah tersebut terkendala dengan minimnya fasilitas olahraga terlihat jelas ketika siswa melakukan praktik di lapangan. Ketuntasan belajar secara individu didapatkan dari KKM. Pengertian KKM dalam peraturan Menteri Pendidikan Nasional Republik Indonesia No.20 tahun 2007 tentang Standar penilaian pendidikan adalah Kriteria Ketuntasan Minimal. Untuk pembelajaran pjok di tetapkan oleh sekolah yaitu siswa dinyatakan tuntas jika telah mendapatkan nilai 70 dan di bawah 70 dinyatakan belum tuntas. Hal ini dapat dilihat dari belajar siswa pada materi menggiring bola yang belum mencapai KKM yaitu 9 siswa dari 19 siswa. Berdasarkan pengamatan pra observasi yang telah dilakukan dalam pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan khususnya cabang olahraga sepak bola, ini disebabkan karena proses pembelajarannya kurangnya fasilitas dan kurangnya variasi latihan sehingga masih jauh dari ketuntasan. Dari hasil yang diperoleh siswa SDN 11 Sengkuang Bora kelas IV yang mencapai ketuntasan di siklus I yaitu 47% dan di siklus II mencapai 84% siswa yang mencapai kkm 70 sebanyak 16 siswa dan tidak tuntas 16% sebanyak 3 siswa dari 19 jumlah siswa kelas IV SDN 11 Sengkuang Bora Kabupaten Melawi.

Untuk memecahkan permasalahan di atas, sangat diperlukan inovasi dan kreatifitas oleh guru, terutama saat menentukan metode mengajar yang sesuai dengan karakteristik materi yang diajarkan dan harus sesuai dengan karakteristik perkembangan psikologis dan motorik siswa, satu diantaranya dengan menggunakan modifikasi alat. Untuk itu perlu adanya pendekatan, variasi maupun modifikasi alat dalam pembelajaran.

Masalah yang terjadi di lapangan dan di sekolah karena di sekolah kurangnya fasilitas sehingga menghambat siswa melakukan teknik menggiring bola, dan untuk di lapangan yang menghambat adalah kurangnya latihan menggiring bola dan variasi latihan bagi siswa, maka dari itu peneliti mengangkat judul

upaya meningkatkan kemampuan menggiring bola melalui variasi latihan dengan media bola plastik.

Dalam menggiring bola melalui variasi latihan dengan media bola plastik ada berbagai variasi yang dapat dilakukan yaitu passing di tempat, menggiring mengelilingi angkat delapan dan passing di tempat.

Salah satu solusi yang dilakukan adalah dengan menggunakan media bola plastik, sehingga kesempatan siswa melakukan materi teknik menggiring bola lebih baik, maka dalam keterampilan menggiring bola dan variasi latihan ini dapat dilakukan dengan media bola plastik agar pembelajaran lebih mudah bagi siswa bisa melakukan teknik menggiring bola dengan benar.

Berdasarkan latar belakang yang dikemukakan di atas, maka penulis akan melakukan penelitian dengan judul “Upaya Meningkatkan Kemampuan Menggiring Bola melalui Media Bola Plastik dalam Permainan Sepak Bola SDN 11 Sengkuang Bora Kabupaten Melawi.”

## **B. Rumusan masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, masalah umum penelitian ini adalah, Bagaimana Upaya Meningkatkan Kemampuan Menggiring Bola melalui Variasi Latihan dengan Media Bola Plastik pada SDN 11 Sengkuang Bora Kabupaten Melawi?

Sub masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Bagaimana perencanaan pembelajaran menggiring bola melalui variasi latihan dengan media bola plastik untuk meningkatkan keterampilan menggiring bola permainan sepak bola kelas IV SDN 11 Sengkuang Bora Kabupaten Melawi?
2. Bagaimanakah pelaksanaan kemampuan menggiring bola melalui variasi latihan dengan media bola plastik dalam permainan sepak bola IV SDN 11 Sengkuang Bora Kabupaten Melawi?
3. Bagaimana peningkatan pembelajaran menggiring bola melalui variasi latihan dengan media bola plastik dalam permainan sepak bola IV SDN 11 Sengkuang Bora Kabupaten Melawi?

### **C. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka tujuan umum dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana meningkatkan Kemampuan Menggiring Bola melalui Variasi Latihan dengan Media Bola Plastik dalam permainan Sepak Bola SDN 11 Sengkuang Bora Kabupaten Melawi.

Tujuan khusus dalam penelitian ini untuk mengetahui :

1. Untuk mengetahui perencanaan pembelajaran menggiring bola melalui variasi latihan dengan media bola plastik kelas IV SDN 11 Sengkuang Bora Kabupaten Melawi.
2. Untuk mengetahui pelaksanaan pembelajaran menggiring bola melalui variasi latihan dengan media bola plastik dalam permainan sepak bola kelas IV SDN 11 Sengkuang Bora Kabupaten Melawi.
3. Untuk mengetahui Peningkatan pembelajaran menggiring bola melalui variasi latihan dengan media bola plastik dalam permainan sepak bola kelas IV SDN 11 Sengkuang Bora Kabupaten Melawi.

### **D. Manfaat Penelitian**

Kemampuan penelitian ini diharapkan memiliki manfaat antara lain :

#### **1. Manfaat Teoritis**

Dijadikan bahan literatur atau sumbangan keilmuan bagi cabang olahraga sepak bola pada umumnya dan latihan teknik dasar sepak bola pada khususnya.

#### **2. Manfaat Secara Praktis Bagi:**

##### **a. Guru**

Dengan diadakan penelitian ini dapat memberikan kontribusi bagi guru sebagai bahan untuk meningkatkan profesionalisme guru dan memperluas cara pandang guru dalam menggunakan metode pembelajaran.

b. Siswa

Penelitian ini dapat meningkatkan keaktifan dan prestasi belajar siswa terhadap pembelajaran penjaskes dan membuat pembelajaran Penjaskes lebih menarik, dan lebih mudah di pahami.

c. Sekolah

Memberikan informasi tentang peningkatan keterampilan menggiring bola melalui modifikasi bola pada SDN 11 Sengkuang Bora Kabupaten Melawi.

## **E. Ruang Lingkup Penelitian**

### **1. Variabel Penelitian**

Variabel adalah gejala-gejala yang menunjukkan variasi, baik dalam jenis maupun tingkatannya. Sugiyono (2013:38) menjelaskan variabel adalah objek penelitian atau apa yang menjadi titik suatu penelitian.

Berdasarkan pendapat tersebut dapat dikatakan bahwa variabel merupakan segala sesuatu yang berada atau ada pada diri seseorang atau objek penelitian yang memiliki perbedaan di antara objek-objek tersebut. Adapun variabel yang terdapat dalam penelitian ini ada dua macam, yakni variabel masalah dan variabel tindakan.

a. Variabel Tindakan

Variabel tindakan adalah variabel yang ada atau muncul di tentukan atau di pengaruhi oleh variabel masalah, adapun munculnya variabel ini karena variabel tindakan tertentu seperti di ungkapkan Agus Kristiyanto (2010:83) bahwa “Tindakan dalam penelitian tindakan kelas dapat berupa apa saja, mungkin berupa inovasi atau rekayasa dalam penggunaan pendekatan atau metode, media, atau penilaian. Yang menjadi variabel tindakan dalam penelitian ini adalah.”Pembelajaran menggunakan variasi latihan dengan media bola plastik”.

b. Variabel Masalah

Variabel masalah adalah sejumlah gejala atau faktor yang menentukan atau mempengaruhi ada atau munculnya gejala lain, seperti

diungkapkan Agus Kristiyanto (2010:83) variabel terikat dalam PTK adalah variabel masalah yang akan diangkat dan dipecahkan melalui siklus-siklus dalam tindakan PTK. Adapun yang menjadi variabel masalah dalam penelitian ini adalah:” kemampuan menggiring dalam sepak bola”. Keterampilan menggiring bola merupakan salah satu teknik yang sangat besar peranannya dalam permainan sepak bola, menggiring bola diartikan sebagai berikut: “ Gerakan lari dengan menggunakan kaki mendorong bola agar tergulir terus menerus di atas tanah”. Menggiring diartikan seni menggunakan beberapa kaki menyentuh atau menggulingkan bola terus menerus di atas tanah sambil berlari”.

## **2. Definisi Operasional**

Definisi operasional adalah suatu definisi yang diberikan kepada suatu variabel atau konstruk dengan cara memberikan arti, atau menspesifikasikan kegiatan, ataupun memberikan suatu operasional yang diperlukan untuk mengukur konstruk variabel tersebut. Menurut Nursalam (2008:87) Pengertian operasional merupakan arti berdasarkan karakteristik yang diamati dari suatu yang didefinisikan tersebut. Menurut Widjono Hs (2008:19) Pengertian operasional merupakan batasan pengertian yang dijadikan sebagai pedoman untuk melakukan suatu kegiatan ataupun pekerjaan. Definisi yang dimaksud dalam penelitian ini yaitu:

### **a. Media Bola Plastik**

Modifikasi menganalisis sekaligus mengembangkan materi pelajaran dengan cara menentukannya dalam bentuk aktifitas belajar yang potensial sehingga dapat mempelancar siswa belajarnya.

Cara pembuatan bola plastik yaitu dengan menyiapkan plastik bekas dan tali rami beserta lakban putih isolasi berwarna hitam, plastik bekas tersebut di jadikan satu sehingga membentuk bulatan, bulatan plastik tersebut kemudian di masukan ke salah satu plastik, sehingga membentuk bulat kemudian di lakban sehingga rapi kemudian ikat tali rami di ikat seperti garis bujur agar ikatannya rapi kompak dan bentuk

bulat plastiknya dan ikatan seperti jaring laba-laba jarak antara anyaman sama dan di buat serapi mungkin.

b. Keterampilan Menggiring Dalam Permainan Sepak Bola

Keterampilan menggiring bola merupakan salah satu teknik yang sangat besar peranannya dalam permainan sepak bola, menggiring bola diartikan sebagai berikut: “ Gerakan lari dengan menggunakan kaki mendorong bola agar tergulir terus menerus di atas tanah”. Menggiring diartikan seni menggunakan beberapa kaki menyentuh atau menggulingkan bola terus menerus di atas tanah sambil berlari”. Menurut Koger (2007:51) Menggiring bola adalah metode menggerakkan bola dari satu titik ke titik lain di lapangan dengan menggunakan kaki bola harus selalu dekat dengan kaki supaya mudah dikontrol

Macam-macam menggiring bola seperti dikemukakan Soekatamsi sebagai berikut:

- 1) Menggiring bola dengan punggung kaki
- 2) Menggiring bola dengan kaki bagian dalam
- 3) Menggiring bola dengan kaki bagian luar

Pelaksanaan keterampilan menggiring sepak bola yaitu dengan aba-aba “ya” testi mendribble bola ke arah luar dan kedalam menurut alur yang telah ditentukan. Penilaian dalam keterampilan menggiring bola adalah hitung waktu tempuh, dimulai dari saat aba-aba “ya” sampai testi kembali lagi ke garis finish, testi harus masuk garis finish dengan bola terkontrol, ulangan dilakukan tiga kali, waktu terbaik dari ketiga ulangan merupakan koordinasi testi.

Dari uraian tersebut dapat dikemukakan bahwa keterampilan menggiring bola merupakan gerakan lari sambil mendorong bola dengan bagian kaki agar terus menerus bergulir di atas tanah dan menuju ke arah sasaran.

c. menggiring bola

Margono dan Budi Ariyanto (2010:21) “Menggiring bola (dribbling) dilakukan dengan cara melakukan sentuhan-sentuhan kaki

terhadap bola” Teknik ini bertujuan mengarahkan bola ke arah yang kita inginkan. Karena itu, usahakan bola tidak jauh dari kaki. Menggiring bola berlari bersama bola atau membawa bola dengan kaki. Menggiring bola dilakukan untuk melewati atau mengecoh lawan. Menggiring bola dapat dengan menggunakan kaki bagian dalam atau kaki bagian luar.