

BAB II

METODE KOOPERATIF SERTA SHOOTING DALAM PERMAINAN SEPAK BOLA

A. Permainan Sepak Bola

1. Pengertian Sepak Bola

Menurut Joko Purwanto (2004:34), pengertian sepak bola adalah suatu bentuk permainan beregu yang menggunakan bola besar, dimainkan oleh dua regu, dan tiap-tiap regu terdiri dari 11 pemain. Dalam permainan sepakbola, para pemain menggunakan kemahirannya, yaitu dengan kaki, kecuali penjaga gawang yang bebas menggunakan anggota badannya. Selain itu untuk bermain sepakbola diperlukan lapangan yang rata, berumput, dan berbentuk persegi empat (panjang).

Permainan sepakbola dilakukan dalam dua babak, yang masing-masing babak pada umumnya berlangsung selama 45 menit. Permainan sepakbola dipimpin oleh seorang wasit, yang dibantu oleh dua hakim garis. Para pemain menggunakan sepatu bola, serta kostum yang berbeda dengan lawan mainnya, sedangkan untuk penjaga gawang harus mengenakan kostum khusus yang berbeda dengan para pemain (Ferdinansyah, 2008:07).

Pada dasarnya permainan sepakbola merupakan suatu usaha untuk menguasai bola dan untuk merebutnya kembali bila bola sedang dikuasai oleh lawan. Oleh karena itu, untuk dapat bermain sepakbola harus menguasai teknik-teknik dasar permainan sepakbola dengan baik.

Dalam permainan sepak bola, para pemain menggunakan kemahirannya, yaitu dengan kaki, kecuali penjaga gawang yang bebas menggunakan anggota badannya. Permainan sepak bola dilakukan dalam dua babak, yang masing-masing babak pada umumnya berlangsung selama 45 menit. Permainan sepak bola dipimpin oleh seorang wasit, dan dibantu dua hakim garis.

Para pemain menggunakan sepatu bola dan kostum yang berbeda dengan lawan, serta penjaga gawang harus mengenakan kostum khusus yang berbeda dengan para pemain.

Sepak bola merupakan salah satu olahraga yang sangat populer di dunia. Dalam pertandingan, olahraga ini dimainkan oleh dua kelompok (tim) berlawanan, yang masing-masing berjuang untuk memasukkan bola ke gawang tim lawan (gol). Masing-masing tim beranggotakan sebelas pemain, dan karenanya kelompok tersebut juga dinamakan kesebelasan (Soekatamsi, 1984:25-26).

Seperti diungkapkan Danny Mielke dalam permainan sepak bola diharapkan. Supaya berhasil melakukan permainan sepak bola, kamu harus mempersiapkan segala sesuatunya. Persiapan ini meliputi pakaian dan perlengkapan yang kamu kenakan dan gunakan, beberapa tingkatan latihan fisik, ketrampilan tingkat dasar dalam olah raga ini, dan kemauan sendiri untuk mempelajari ketrampilan baru serta menantang diri sendiri dalam batasan kemampuan fisikmu (Danny Mielke 2007:iv).

Persatuan Sepak Bola Seluruh Indonesia (Peraturan Khusus dan Umum PSSI dalam Didik Jaelani,(2007:4) telah merumuskan peraturan-peraturan dalam permainan sepak bola, yaitu (1) Ukuran lapangan sepak bola, untuk pertandingan internasional panjang tidak boleh lebih dari 110 meter dan tidak kurang dari 100 meter sedangkan lebar tidak boleh lebih dari 75 meter dan tidak boleh kurang dari 64 meter. Lapangan harus segi empat, rata dan tertutup dengan rumput pendek tapi rata. Sekitar lapangan 4 meter dari garis putih diperkenankan untuk penonton dan sebaiknya diberi pagar pembatas (kawat); (2) Ukuran gawang, tinggi gawang 2,44 meter diukur dari tanah sampai sisi bawah palang gawang. Lebar gawang 7,32 meter diukur dari sisi dalam kedua tiang gawang. Tiang dan palang gawang dibuat dari kayu atau besi dengan ketebalan maksimum 12 cm dan dicat putih. Di belakang gawang dipasang jaring-jaring pada tiang dan palang gawang; dan (3)

ukuran bola, bola harus bulat, bagian luar dari kulit dengan ukuran lingkaran bola tidak boleh lebih dari 71 cm dan tidak boleh kurang dari 68 cm. Berat permulaan tidak boleh lebih dari 453 gram dan tidak boleh kurang dari 396 gram.

2. Teknik Dasar Sepak Bola

Sepak bola merupakan salah satu olah raga yang sangat populer di dunia. Dalam pertandingan, olah raga ini dimainkan oleh dua kelompok (tim) berlawanan, yang masing-masing berjuang untuk memasukkan bola ke gawang tim lawan (gol). Masing-masing tim beranggotakan sebelas pemain, dan karenanya kelompok tersebut juga dinamakan kesebelasan.

Permainan sepak bola merupakan suatu usaha untuk menguasai bola dan untuk merebutnya kembali bila sedang dikuasai oleh lawan. Oleh karena itu, untuk dapat bermain sepak bola harus menguasai teknik-teknik dasar permainan sepak bola dengan baik seperti diungkapkan Wiel Coerver (1985 : 21) ” Teknik-teknik dasar diperlukan sewaktu lari berliku-liku, berputar, dan berbalik, begitu pula saat melindungi bola, mengadakan koreksi serta mengamankan bola jika tidak ada teman yang berdiri bebas.”

Teknik dasar sepak bola dibagi menjadi dua, yaitu teknik badan (tanpa bola) dan teknik dengan bola. Kemampuan menguasai teknik dasar merupakan syarat utama bagi pemain sepak bola, oleh karena itu setiap pemain harus mempelajari unsur-unsur teknik secara seksama.

Teknik dasar bermain sepak bola adalah kemampuan untuk melakukan gerakan-gerakan atau mengerjakan sesuatu dalam permainan sepak bola. Adapun mengenai teknik dasar permainan sepak bola menurut Didik Jaelani, (2007:5) adalah, sebagai berikut:

- 1) Teknik tanpa bola, yaitu semua gerakan dalam permainan sepak bola tanpa menggunakan bola, seperti:
 - a) Lari cepat dan mengubah arah
 - b) Melompat dan meloncat
 - c) Gerak tipu tanpa bola, yaitu gerak tipu dengan badan
 - d) Gerakan-gerakan khusus untuk penjaga gawang
- 2) Teknik dengan bola, yaitu semua gerakan dalam permainan sepak bola dengan menggunakan bola, seperti:
 - a) Mengenal bola
 - b) Menendang bola (*shooting*)
 - c) Menerima bola; menghentikan bola dan mengontrol bola
 - d) Menggiring bola (*dribbling*)
 - e) Menyundul bola (*heading*)
 - f) Melempar bola (*throwing*)
 - g) Gerak tipu dengan bola
 - h) Merampas atau merebut bola
 - i) Teknik-teknik khusus untuk penjaga gawang.

B. Pembelajaran

1. Hakikat Pembelajaran

Pendekatan pembelajaran merupakan salah satu bagian yang tidak dapat diabaikan dalam kegiatan belajar mengajar. Menurut Suharno, Sukardi, Chotijah dan Suwalni S., (1998: 25) bahwa, “Pendekatan pembelajaran diartikan model pembelajaran”. Menurut Wahjoedi (1999: 121) bahwa, “Pendekatan pembelajaran adalah cara mengelola kegiatan belajar dan perilaku siswa agar ia dapat aktif melakukan tugas belajar sehingga dapat memperoleh hasil belajar secara optimal”.

Sedangkan Syaiful Sagala (2005: 68) berpendapat, “Pendekatan pembelajaran merupakan jalan yang akan ditempuh oleh guru dan siswa dalam mencapai tujuan instruksional untuk suatu satuan instruksional tertentu”.

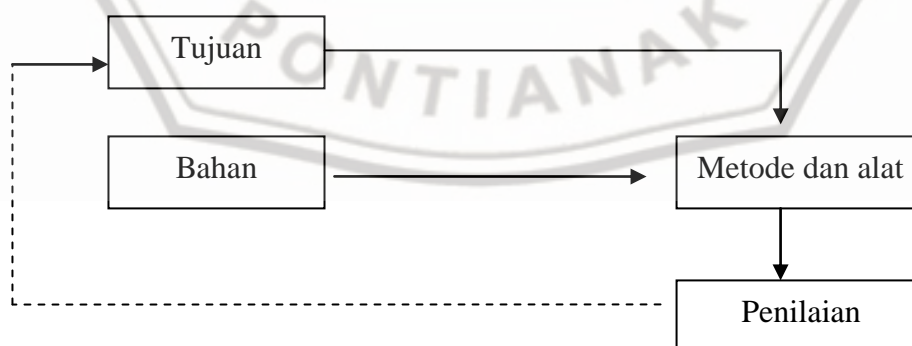
Berdasarkan pengertian pendekatan pembelajaran yang dikemukakan tiga ahli tersebut dapat disimpulkan, pendekatan pembelajaran merupakan cara kerja yang mempunyai sistem untuk memudahkan pelaksanaan proses pembelajaran dan membelajarkan siswa guna membantu dalam mencapai tujuan yang telah ditetapkan. Untuk mencapai tujuan pembelajaran, maka dibutuhkan perangkat-perangkat yang mendukung kegiatan pembelajaran. Dengan pola pembelajaran yang baik dan didukung perangkat pembelajaran yang baik dan ideal, maka tujuan pembelajaran dapat tercapai dengan baik.

Merencanakan pendekatan pembelajaran sangat penting dalam kegiatan belajar mengajar. Penerapan pendekatan pembelajaran yang tepat maka akan memiliki efektifitas terhadap proses pembelajaran, sehingga akan diperoleh hasil belajar yang optimal. Adang Suherman dan Agus Mahendra (2001: 143) menyatakan, “Efektifitas pengajaran sangat ditentukan oleh pendekatan pengajaran yang dipilih guru atas dasar pengetahuan guru terhadap sifat keterampilan atau tugas gerak yang akan dipelajari siswa”.

Pendapat tersebut menunjukkan, penerapan pendekatan pembelajaran didasarkan pada pengetahuan guru dan keterampilan yang dipelajari. Untuk mencapai hasil belajar yang maksimal, maka seorang guru harus cermat dan tepat dalam menerapkan pendekatan pembelajaran, sehingga keterampilan yang dipelajari dapat dikuasai siswa dengan baik.

2. Komponen-Komponen Pembelajaran

Dalam kegiatan pembelajaran ada beberapa komponen yang terlibat di dalamnya. Karena pembelajaran merupakan proses, maka sudah barang tentu harus dapat mengembangkan dan menjawab beberapa persoalan yang mendasar mengenai kemana proses akan diarahkan, apa yang harus dibahas dalam proses tersebut, bagaimana cara melakukannya dan bagaimana mengetahui berhasil tidaknya proses tersebut. Hal ini artinya, dalam kegiatan pembelajaran harus mengetahui komponen-komponen yang terlibat di dalamnya. Berkaitan dengan komponen pembelajaran Muhammad Ali (2004: 4) menyatakan, “Komponen-komponen dalam kegiatan belajar mengajar dikelompokkan ke dalam tiga kategori yaitu (1) guru, (2) isi atau materi pelajaran dan (3) siswa”. Menurut H.J. Gino dkk., (1998: 30) berpendapat komponen-komponen dalam suatu kegiatan pembelajaran yaitu: “Siswa, guru, tujuan, isi pelajaran, metode, media dan evaluasi”. Sedangkan Nana Sudjana (2005: 30) menggambarkan skematis komponen-komponen pembelajaran sebagai berikut:



Gambar 2.1 Skematis Komponen-Komponen Pembelajaran
(Nana Sudjana, 2005: 30)

Komponen-komponen pembelajaran tersebut pada prinsipnya saling berkaitan antara yang satu dengan lainnya. Hal senada tentang komponen-komponen pembelajaran dikemukakan. M. Sobry Sutikno (2009: 35-40) bahwa,

“Komponen pembelajaran meliputi beberapa aspek yaitu: “(1) Tujuan pembelajaran, (2) materi pelajaran, (3) kegiatan pembelajaran, (4) metode, (5) media, (6) sumber belajar dan, (7) evaluasi”. Untuk lebih jelasnya komponen-komponen pembelajaran diuraikan secara singkat sebagai berikut:

a. Tujuan Pembelajaran

Tujuan pembelajaran pada dasarnya merupakan kemampuan-kemampuan yang diharapkan dimiliki siswa setelah memperoleh pengalaman belajar. Dengan kata lain, tujuan pembelajaran merupakan suatu cita-cita yang ingin dicapai dari pelaksanaan pembelajaran. Tujuan pembelajaran mempunyai jenjang dari yang luas atau umum sampai kepada yang sempit atau khusus. Semua tujuan itu berhubungan antara satu dengan yang lainnya, dan tujuan di atasnya. Bila tujuan terendah tidak tercapai, maka tujuan di atasnya tidak tercapai pula. Oleh karena itu, aspek tujuan pembelajaran merupakan faktor utama yang harus dirumuskan secara jelas dan spesifik, karena akan menentukan arah pembelajaran. Tujuan-tujuan pembelajaran harus berpusat pada perubahan perilaku siswa yang diinginkan, dan karenanya harus dirumuskan secara operasional, dapat diukur dan dapat diamati ketercapaiannya.

b. Materi Pelajaran

Materi pelajaran merupakan unsur belajar yang penting mendapat perhatian oleh guru. Materi pelajaran merupakan medium untuk mencapai tujuan pembelajaran yang dikonsumsi oleh siswa. Oleh karena itu, penentuan materi pelajaran harus berdasarkan tujuan yang hendak dicapai, misalnya berupa pengetahuan, keterampilan, sikap dan pengalaman lainnya. Materi pelajaran yang diterima siswa harus mampu merespons setiap perubahan dan mengantisipasi setiap perkembangan yang akan terjadi di masa depan. Nana Sudjana (2005: 69)

menyatakan, beberapa hal yang harus diperhatikan dalam menetapkan materi pelajaran sebagai berikut:

- 1) Bahan pelajaran harus sesuai dan menunjang tercapainya tujuan.
- 2) Materi pelajaran yang ditulis dalam perencanaan pembelajaran terbatas pada konsep saja, atau berbentuk garis besar bahan pelajaran tidak pula diuraikan terinci.
- 3) Menetapkan materi pelajaran harus serasi dengan urutan tujuan.
- 4) Urutan materi pelajaran hendaknya memperhatikan kesinambungan (kontinuitas).
- 5) Materi pelajaran disusun dari yang sederhana menuju yang kompleks, dari yang mudah menuju yang sulit, dari yang kongkret menuju yang abstrak. Dengan cara ini siswa akan mudah memahaminya.
- 6) Sifat materi pelajaran ada yang faktual dan ada yang konseptual.

Untuk menetapkan materi pelajaran hendaknya harus selalu berpedoman pada tujuan pembelajaran. Oleh karena itu, merumuskan tujuan pembelajaran pada awal pembelajaran sangat penting agar pembelajaran dapat berjalan dengan baik.

c. Kegiatan Pembelajaran

Dalam kegiatan pembelajaran, guru dan siswa terlibat dalam interaksi dengan materi pelajaran sebagai mediumnya. Dalam interaksi itu siswa yang lebih aktif, bukan guru. Keaktifan siswa tentu mencakup kegiatan fisik dan mental, individual dan kelompok. Interaksi dikatakan maksimal bila terjadi antara guru dengan semua siswa, antara siswa dengan guru, antara siswa dengan siswa dengan materi pelajaran dan media pembelajaran, bahkan siswa dengan sendirinya sendiri, namun tetap dalam kerangka mencapai tujuan yang telah ditetapkan bersama. Agar memperoleh hasil belajar yang optimal, hendaknya guru memperhatikan perbedaan individual siswa, baik aspek biologis, intelektual dan psikologis. Ketiga aspek ini diharapkan memberikan informasi pada guru bahwa, setiap siswa dapat mencapai prestasi belajar yang optimal, sekalipun dalam tempo yang berlainan. Guru harus mampu membangun suasana belajar yang kondusif,

sehingga siswa mampu belajar mandiri. Guru juga harus mampu menjadikan proses pembelajaran sebagai salah satu sumber yang penting dalam kegiatan eksplorasi.

d. Metode

Metode merupakan suatu cara yang dipergunakan untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkan. Dalam kegiatan pembelajaran, metode diperlukan oleh guru dengan penggunaan yang bervariasi sesuai dengan tujuan yang ingin dicapai.

Menurut Nana Sudjana (2005: 77-89) metode pembelajaran terdiri dari:

- 1) Metode ceramah
- 2) Metode tanya jawab
- 3) Metode diskusi
- 4) Metode tugas belajar dan resitasi
- 5) Metode kerja kelompok
- 6) Metode demonstrasi dan eksperimen
- 7) Metode sosio drama (*role-playing*)
- 8) Metode *problem solving*
- 9) Metode sistem regu (*team taching*)
- 10) Metode latihan (*drill*)
- 11) Metode keryawisata (*field trip*)
- 12) Metode *resource person* (manusia sumber)
- 13) Metode masyarakat
- 14) Metode simulasi

Menguasai dan memahami metode-metode pembelajaran tersebut sangat penting bagi seorang guru. Untuk mencapai tujuan pembelajaran yang telah dirumuskan, maka dalam pelaksanaan pembelajaran dapat diterapkan macam-macam metode pembelajaran menurut kebutuhan.

e. Media

Media merupakan segala sesuatu yang dapat digunakan dalam rangka mencapai tujuan pembelajaran. Berkaitan dengan media pembelajaran, Muhammad Ali (2004: 88) menyatakan:

Media pengajaran merupakan bagian integral dalam sistem pengajaran. Banyak media pengajaran yang dapat digunakan. Penggunaannya meliputi manfaat yang banyak pula. Penggunaan media harus didasarkan kepada

pemilihan yang tepat, sehingga dapat memperbesar arti dan fungsi dalam menunjang efektifitas dan efisiensi proses belajar dan mengajar.

Pendapat tersebut menunjukkan, penggunaan media atau alat dalam pembelajaran sangat penting. Penggunaan media atau alat yang tepat sesuai materi pelajaran, maka akan memperbesar hasil belajar. Untuk memperbesar hasil belajar, maka seorang guru harus mampu memilih dan menggunakan media pembelajaran yang tepat sesuai dengan tujuan yang hendak dicapai.

f. Sumber Belajar

Sumber belajar merupakan segala sesuatu yang dapat dipergunakan sebagai tempat dimana materi pelajaran terdapat. Menurut M. Sobry Sutikno (2009: 39) bahwa, “Sumber belajar dapat dibedakan menjadi dua, yaitu sumber belajar yang direncanakan dan sumber belajar karena manfaat”.

Sumber belajar yang direncanakan adalah semua sumber yang secara khusus telah dikembangkan sebagai komponen sistem pembelajaran untuk memberikan fasilitas belajar yang terarah dan bersifat formal. Sedangkan sumber belajar karena dimanfaatkan adalah sumber-sumber yang tidak secara khusus didesain untuk keperluan pembelajaran, namun dapat ditemukan, diaplikasikan dan digunakan untuk keperluan belajar.

g. Evaluasi

Evaluasi merupakan suatu tindakan atau proses untuk menentukan nilai dari suatu tindakan atau suatu proses untuk menentukan nilai dari sesuatu. Nana Sudjana (2005: 111) menyatakan, ”Penilaian yang dilakukan terhadap proses pembelajaran berfungsi (1) untuk mengetahui tercapai tidaknya tujuan pengajaran. (2) Untuk mengetahui keefektifan proses belajar mengajar yang telah dilakukan guru”.

Evaluasi merupakan aspek yang penting yang berguna untuk mengukur dan menilai seberapa jauh tujuan pembelajaran telah tercapai atau sampai mana terdapat kemajuan belajar siswa dan bagaimana tingkat keberhasilan sesuai dengan tujuan pembelajaran. Apakah tujuan yang telah dirumuskan dapat dicapai atau tidak, apakah materi pelajaran yang telah diberikan dapat dikuasai atau tidak, dan apakah penggunaan metode dan alat pembelajaran tepat atau tidak.

3. Kompetensi yang Harus Dimiliki Seorang Guru

Guru ada suatu profesi. Sebelum bekerja sebagai guru, terlebih dahulu dididik dalam suatu lembaga pendidikan keguruan. Dalam lembaga pendidikan keguruan tersebut, bukan hanya belajar ilmu pengetahuan atau bidang studi yang diajarkan, ilmu dan metode pembelajaran, tetapi juga dibina agar memiliki kepribadian sebagai guru.

Sebagai pendidikn profesional, guru bukan hanya saja dituntut melaksanakan tugasnya secara profesional, tetapi juga harus memiliki pengetahuan dan kemampuan profesional. Tanggung jawab dalam mengembangkan profesi guru pada dasarnya merupakan tuntutan dan panggilan untuk selalu mencintai, menghargai, menjaga dan meningkatkan tugas dan tanggung jawab profesinya. Seorang guru harus sadar bahwa tugas dan tanggung jawabnya tidak bisa dilakukan oleh orang lain dan dalam melaksanakan tugasnya harus bersungguh-sungguh. Seorang guru dituntut agar selalu meningkatkan pengetahuannya, kemampuan dalam rangka pelaksanaan tugas profesinya. Seorang guru harus peka terhadap perubahan-perubahan yang terjadi, khususnya dalam bidang pendidikan dan pengajaran, dan pada masyarakat pada umumnya. Guru harus dapat mengikuti perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi,

sehingga dalam pelaksanaan pengajaran sesuai dengan tuntutan perkembangan jaman.

Meningkatkan kemampuan dan pengetahuan diberbagai bidang merupakan keharus bagi seorang guru. Untuk itu seorang guru harus memiliki beberapa kompetensi. Nana Sudjana (2005: 18) menyatakan, kompetensi yang harus dimiliki seorang guru di antaranya:

- a. Kompetensi dibidang kognitif. Artinya kemampuan intelektual seperti pengetahuan mata pelajaran, pengetahuan mengani cara mengajar, pengetahuan mengenai belajar dan tingkah laku individu, pengetahuan tentang bimbingan penyuluhan, pengetahuan tentang adminitrasi kelas, pengetahuan tentang cara menilai hasil belajar siswa, pengetahuan tentang kemasyarakatan serta pengetahuan umum lainnya.
- b. Kompetensi bidang sikap. Artinya kesiapan dan kesediaan guru terhadap berbagai hal yang berkenaan dengan tugas dan profesinya. Misalnya sikap menghargai pekerjaannya, mencintai dan memiliki perasaan senang terhadap mata pelajaran yang dibinanya, sikap toleransi terhadap sesama teman profesinya, memiliki kemauan yang keras untuk meningkatkan hasil pekerjaannya.
- c. Kompetensi perilaku/*performance*. Artinya kemampuan guru dalam berbagai keterampilan/perilaku, seperti keterampilan mengajar, membimbing, menilai, menggunakan alat bantu pengajaran, bergaul dan berkomunikasi dengan siswa, keterampilan menumbuhkan semangat belajar para siswa, keterampilan menyusun persiapan atau perencanaan mengajar, keterampilan melaksanakan adminitrasi kelas dan lain-lain. Perbedaan dengan komptensi kognitif terletak pada sifatnya. Kalau kompetensi kognitif berkenaan dengan aspek teori atau pengetahuannya, pada kompetensi perilaku yang diutamakan adalah praktik atau keterampilan melaksanakannya.

Pada dasarnya kompetensi yang harus dimiliki seorang guru mencakup tiga aspek yaitu, kompetensi kogitif, kompetensi sikap dan kompetensi perilaku atau *performance*. Dari ketiga kompetensi tersebut tidak berdiri sendiri, tetapi saling berhubungan dan saling mempengaruhi satu sama lainnya. Lebih lanjut Nana Sudjana, 2005: 19) menyatakan, dari ketiga kompetensi tersebut, kompetensi guru yang banyak berhubungan dengan usaha meningkatkan proses dan hasil belajar dikelompokkan ke dalam empat kemampuan yaitu: “(1) Merencanakan program belajar mengajar, (2) melaksanakan dan memimpin, (3)

menilai kemajuan proses belajar mengajar, (4) menguasai bahan pelajaran dalam pengertian menguasai bidang studi atau mata pelajaran yang dipegangnya/dibinannya”. Hal senada dikemukakan M. Sobry Sutikno (2009: 47) bahwa:

Seorang guru dituntut menguasai sejumlah kemampuan dan keterampilan yang berkaitan dengan proses pembelajaran antara lain:

- 1) Kemampuan menguasai bahan ajar.
- 2) Kemampuan dalam mengelola kelas.
- 3) Kemampuan dalam menggunakan metode, media dan sumber belajar.
- 4) Kemampuan untuk melakukan penilaian baik proses maupun hasil.

Berdasarkan dua pendapat tersebut menunjukkan, kemampuan yang harus dimiliki seorang guru meliputi: kemampuan menguasai bahan pelajaran, kemampuan dalam mengelola kelas, kemampuan dalam menggunakan metode, media dan sumber belajar serta kemampuan untuk melakukan penilaian baik proses maupun hasil. Jika seorang guru memiliki kemampuan yang baik dalam kegiatan belajar mengajar, maka tujuan pembelajaran yang telah ditetapkan dapat dicapai secara maksimal.

4. Merumuskan Tujuan Pembelajaran

Merumuskan tujuan pembelajaran adalah sangat penting. Hal ini karena, tidak ada suatu pembelajaran yang diprogramkan tanpa tujuan. Pembelajaran yang tidak mempunyai tujuan merupakan suatu hal yang tidak memiliki kepastian dalam menentukan arah, target akhir dan prosedur yang dilakukan. Secara umum tujuan dari pembelajaran yaitu, terjadinya perubahan kemampuan yang lebih baik pada diri siswa setelah melalui proses pembelajaran. Seperti dikemukakan M. Sobry Sutikno (2009: 80) bahwa, “Tujuan pembelajaran adalah kemampuan-kemampuan yang diharapkan dimiliki siswa setelah memperoleh pengalaman belajar”.

Perubahan kemampuan atau keterampilan pada diri siswa merupakan tujuan dari pembelajaran. Untuk mencapai tujuan pembelajaran tersebut, maka perlu dirumuskan secara operasional, dapat diukur dan dapat diamati tercapainya. M. Sobry Sutikno (2009: 81) memberikan petunjuk praktis merumuskan tujuan pembelajaran sebagai berikut:

- 1) Formulasikan dalam bentuk yang operasional.
- 2) Rumuskan dalam bentuk produk belajar, bukan proses belajar.
- 3) Rumuskan dalam tingkah laku siswa bukan perilaku guru.
- 4) Rumuskan standart perilaku yang akan dicapai.
- 5) Hanya mengandung satu tujuan belajar.
- 6) Rumuskan dalam kondisi mana perilaku itu terjadi.

Pendapat tersebut menunjukkan, untuk merumuskan tujuan pembelajaran ada tujuh hal yang harus diperhatikan. Untuk mencapai tujuan pembelajaran, maka petunjuk-petunjuk dalam merumuskan tujuan pembelajaran tersebut harus diperhatikan. Berkaitan dengan perumusan tujuan pembelajaran Sudjana (2001: 40) memberikan rumus formula pembelajaran sebagai berikut, “ $P_b = f_p (m \times x \times y \times z)$ ”. Formula pembelajaran tersebut diartikan bahwa, pembelajaran (P_b) adalah fungsi (f), pendidik (p), untuk membelajarkan (m), peserta didik (s), terhadap materi pelajaran (x), untuk mencapai hasil belajar (y), yang menimbulkan pengaruh belajar (z)”.

Rumus formula pembelajaran tersebut, jika dikaitan dengan tujuan pembelajaran maka mencapai hasil belajar (y) merupakan tujuan yang hendak dicapai dalam pembelajaran. Hasil belajar (y) dapat mencakup perubahan perilaku peserta didik dalam ranah kognitif, afektif, dan atau psikomotorik.

Ranah kognitif merupakan tujuan pendidikan yang berkenaan dengan aktivitas berfikir yang meliputi ingatan, pengenalan pengetahuan serta perkembangan kemampuan dan kecakapan intelektual. Ranah afektif merupakan tujuan pendidikan yang berkenaan dengan perilaku, perasaan dan emosi. Perilaku

afektif bisa diklasifikasi ke dalam kategori-kategori dari sifat yang sederhana sampai yang sifatnya kompleks. Sedangkan ranah psikomotorik merupakan tujuan pendidikan yang berkenaan dengan gerakan atau keterampilan. Aktivitas psikomotor terutama berorientasi pada gerakan dan menekankan respon-respon fisik yang nampak.

Berkaitan dengan perubahan perilaku siswa dalam belajar keterampilan, maka perubahan psikomotorik merupakan tujuan utama yang akan dicapai dalam belajar keterampilan. Melalui belajar yang teratur dengan diterapkan pendekatan pembelajaran yang baik, maka suatu keterampilan dapat dikuasai oleh siswa dengan baik. Untuk mencapai tujuan pembelajaran yang optimal, maka seorang guru harus mampu merumuskan tujuan pembelajaran yang baik dan tepat, sehingga akan diperoleh hasil belajar yang optimal.

5. Prinsip-Prinsip Pembelajaran

Belajar suatu keterampilan adalah sangat kompleks. Dengan belajar secara baik dan teratur akan membawa suatu perubahan pada individu yang belajar. Menurut Nasution yang dikutip H.J. Gino dkk (1998: 51) bahwa, “Perubahan akibat belajar tidak hanya mengenai jumlah pengetahuan, melainkan juga dalam bentuk kecakapan, kebiasaan, sikap, pengertian, penghargaan, minat, penyesuaian diri, pendeknya mengenai segala aspek organisme atau pribadi seseorang”.

Perubahan akibat dari belajar adalah menyeluruh pada diri siswa. Untuk mencapai perubahan atau peningkatan pada diri siswa, maka dalam proses pembelajaran harus diterapkan prinsip-prinsip pembelajaran yang tepat. Menurut Dimiyati dan Mudjiono (2006: 42) bahwa, “Prinsip-prinsip pembelajaran meliputi perhatian dan motivasi, keaktifan siswa, keterlibatan langsung, pengulangan, tantangan, balikan dan penguatan serta perbedaan individual”. Sedangkan

Sugiyanto (1998: 328-329) berpendapat, “Beberapa prinsip yang perlu diperhatikan di dalam mengatur kondisi praktik belajar gerak atau keterampilan yaitu: (1) prinsip pengaturan giliran, (2) prinsip belajar meningkat, (3) prinsip kondisi belajar bervariasi, (4) prinsip pemberian motivasi dan dorongan semangat”.

Berdasarkan dua pendapat menunjukkan, untuk mencapai hasil belajar yang optimal dalam belajar keterampilan maka harus didasarkan prinsip-prinsip belajar yang tepat. Penerapan prinsip-prinsip belajar yang baik dan tepat, maka tujuan pembelajaran dapat dicapai lebih optimal. Untuk lebih jelasnya prinsip-prinsip pembelajaran keterampilan secara singkat diuraikan sebagai berikut:

a. Prinsip Pengaturan Giliran Praktik

Mempraktikkan gerakan keterampilan bisa dilakukan secara terus menerus tanpa istirahat. Cara ini disebut *massed conditions*. Dengan cara ini siswa melakukan gerakan berulang-ulang, terus menerus selama waktu latihan, tanpa ada pengaturan kapan harus melakukan gerakan dan kapan harus beristirahat.

Cara yang kedua adalah mempraktikkan gerakan dengan diselingi antara melakukan gerakan dan waktu istirahat. Cara ini disebut *distributed conditions*. Dengan cara ini ada pengaturan giliran melakukan gerakan berapa kali, kemudian diselingi istirahat dan setelah itu melakukan gerakan lagi. Waktu istirahat yang diberikan tidak perlu menunggu sampai siswa mencapai kelelahan, tetapi juga jangan terlalu sering. Yang penting adalah mengatur agar rangsangan terhadap sistem-sistem yang menghasilkan gerakan tubuh diberikan secara cukup, atau tidak kurang dan tidak berlebihan.

b. Prinsip Beban Belajar Meningkat

Gerakan keterampilan pada dasarnya merupakan sekumpulan dari gerakan-gerakan yang menjadi unsurnya. Selain itu bahwa, penguasaan gerakan keterampilan akan terjadi secara bertahap dalam peningkatannya. Mulai dari belum bisa menjadi bisa, dan kemudian menjadi terampil melakukan sesuatu gerakan. Dengan kenyataan-kenyataan seperti itu, hendaknya pengaturan materi belajar yang dipartikkan dimulai dari yang mudah ke yang lebih sukar, atau dari yang sederhana ke yang lebih kompleks.

c. Prinsip Kondisi Belajar Bervariasi

Mempraktikkan gerakan merupakan kondisi belajar yang paling berat dalam belajar gerak. Siswa harus mengerahkan tenaganya untuk melakukan gerakan berulang kali. Siswa harus memerangi rasa lelah, dan kadang-kadang harus memerangi rasa bosan. Agar kelelahan tidak cepat terjadi atau kalau terjadi tidak begitu dirasakan, serta tidak cepat terjadi kebosanan pada diri siswa, menciptakan kondisi praktik yang bervariasi sangat diperlukan. Disini diperlukan kreativitas guru untuk menciptakan variasi pembelajaran.

Variasi bisa diciptakan dalam berbagai hal, misalnya pengaturan tempat praktik, pengaturan formasi dan kelompok, pengaturan giliran, penggunaan alat-alat, cara memberikan instruksi, cara pemberian umpan balik dan cara-cara pendekatan dengan siswa.

d. Prinsip Pemberian Motivasi dan Dorongan Semangat

Siswa melakukan suatu tugas dari guru tentu dipengaruhi oleh keadaan psikologisnya. Di dalam mempraktikkan gerakan agar melakukannya dengan sungguh-sungguh, siswa perlu mempunyai motivasi yang kuat untuk menguasai gerakan dan mempunyai semangat untuk berusaha.

Motivasi untuk menguasai gerakan bisa timbul anatar lain: apabila siswa berminat terhadap gerakan. Sedangkan minat dapat timbul apabila siswa merasa bahwa gerakan yang dipelajari tersebut memberikan manfaat bagi dirinya atau paling tidak bisa memberikan kegembiraan atau kesenangan.

Semangat berusaha bisa ditimbulkan atau ditingkatkan antar alain melalui cara menciptakan suasana kompetitif di antara para siswa. Dengan adanya suasana kompetitif, siswa akan berusaha berbuat sebaik-baiknya untuk bisa lebih baik dari teman-teman yang lain. Cara lain untuk memberikan dorongan semangat adalah memberikan instruksi atau arahan menggunakan kalimat-kalimat atau isyarat yang membangkitkan keoptimisan pada diri siswa, bahwa ia akan mampu mencapai keberhasilan melakukan gerakan melalui mempraktikkan berulang-ulang. Pujian perlu diberikan apabila siswa berhasil dengan baik mempraktikkan gerakan, dan dorongan untuk berusaha lagi diberikan kepada siswa yang belum berhasil dengan baik.

6. Pembelajaran yang Sukses

Mencapai hasil belajar yang maksimal yaitu terjadinya peningkatan kemampuan atau keterampilan pada diri siswa sangat didambakan baik dari pihak guru maupun siswa. Namun untuk menentukan indikator bagaimanakah pembelajaran dapat dikatakan sukses atau berhasil tidaklah mudah. Untuk mencapai pembelajaran yang sukses, maka perlu penerapan desain sistem pembelajaran yang baik dan tepat. Menurut Heinich dkk (2005) yang dikutip Benny A. Pribadi (2009: 19-21) mengemukakan, perspektif pembelajaran sukses yang terdiri atas beberapa kriteria, yaitu:

1) Peran aktif siswa (*active participation*)

Proses belajar akan berlangsung efektif, jika siswa terlibat secara aktif dalam tugas-tugas yang bermakna, dan berinteraksi dengan materi pelajaran secara

intensif. Keterlibatan mental siswa dalam melakukan proses belajar akan memperbesar kemungkinan terjadinya proses belajar dalam diri seseorang.

2) Latihan (*practice*)

Latihan yang dilakukan dalam berbagai konteks dapat memperbaiki tingkat daya ingat atau retensi. Latihan juga dapat memperbaiki kemampuan siswa untuk mengaplikasikan pengetahuan dan keterampilan yang baru dipelajari. Tugas-tugas belajar berupa pemberian latihan akan dapat meningkatkan penguasaan siswa terhadap pengetahuan dan keterampilan yang dipelajari.

3) Perbedaan individual (*individual differences*)

Setiap individu memiliki karakteristik unik yang membedakannya dari individu yang lain. Setiap individu memiliki potensi yang perlu dikembangkan secara optimal. Dalam hal ini, tugas guru atau instruktur adalah mengembangkan potensi yang dimiliki oleh individu seoptimal mungkin melalui proses pembelajaran yang berkualitas.

4) Umpan balik (*feedback*)

Umpan balik sangat diperlukan oleh siswa untuk mengetahui kemampuan dalam mempelajari materi pelajaran yang benar. Umpan balik dapat diberikan dalam bentuk pengetahuan tentang hasil belajar (*learning outcomes*) yang telah dicapai siswa setelah menempuh program dan aktivitas pembelajaran. Informasi dan pengetahuan tentang hasil belajar akan memacu seseorang untuk berprestasi lebih baik lagi.

5) Konteks nyata (*realistic context*)

Siswa perlu mempelajari materi pelajaran yang berisi pengetahuan dan keterampilan yang dapat diterapkan dalam sebuah situasi yang nyata. Siswa yang mengetahui kegunaan pengetahuan dan keterampilan yang dipelajari akan memiliki motivasi tinggi untuk mencapai tujuan pembelajaran.

6) Interaksi sosial (*social interaction*)

Interaksi sosial sangat diperlukan oleh siswa agar dapat memperoleh dukungan sosial dalam belajar. Interaksi yang berkesinambungan dengan sejawat atau sesama siswa memungkinkan siswa untuk melakukan konfirmasi terhadap pengetahuan dan keterampilan yang sedang dipelajari.

Berdasarkan pendapat tersebut menunjukkan, pembelajaran yang sukses apabila siswa berperan aktif, diberikan latihan, memahami perbedaan individu, adanya umpan balik, ada konteks yang nyata dan adanya interaksi sosial antar siswa. Untuk mencapai pembelajaran yang sukses, maka hal-hal seperti di atas harus diperhatikan dalam kegiatan pembelajaran.

C. Metode Pembelajaran Kooperatif

1. Pengertian Pembelajaran Kooperatif

Ada beberapa definisi tentang pembelajaran kooperatif yang dikemukakan oleh para ahli pendidikan. Asma (2006: 11) mengatakan bahwa pembelajaran kooperatif merupakan salah satu model pembelajaran yang terstruktur dan sistematis, dimana kelompok-kelompok kecil bekerja sama untuk mencapai tujuan-tujuan bersama.

Istilah *cooperative learning* dalam pengertian bahasa Indonesia dikenal dengan sebutan pembelajaran kooperatif. Djamarah (2010: 357) mengatakan bahwa pembelajaran kooperatif adalah strategi pembelajaran yang di dalamnya mengkondisikan siswa untuk bekerja bersama-sama di dalam kelompok-kelompok kecil untuk saling membantu satu sama lain dalam belajar.

Sanjaya (2009: 241) menyebut istilah *cooperative learning* dengan istilah model pembelajaran kelompok adalah rangkaian kegiatan belajar yang dilakukan oleh siswa dalam kelompok-kelompok tertentu untuk mencapai tujuan pembelajaran yang telah dirumuskan.

Slavin (dalam Asma, 2006: 11) mendefinisikan belajar kooperatif sebagai berikut “*Cooperative learning methods share the idea that students work together to learn and are responsible for their teammates learning as well as their own*”. Definisi ini mengandung pengertian bahwa dalam belajar kooperatif siswa belajar bersama, saling menyumbang pemikiran dan bertanggung jawab terhadap pencapaian hasil belajar secara individu maupun kelompok.

Cooper dan Heinch (dalam Asma, 2006: 11) menjelaskan bahwa pembelajaran kooperatif sebagai metode pembelajaran yang melibatkan kelompok-kelompok kecil yang heterogen dan siswa bekerjasama untuk mencapai tujuan-tujuan dan tugas-tugas akademik bersama, sambil bekerja sama belajar keterampilan-keterampilan kolaboratif dan sosial.

Berdasarkan beberapa definisi yang dikemukakan di atas dapat dikatakan bahwa pembelajaran kooperatif (*cooperative learning*) merupakan suatu bentuk metode pembelajaran yang mengkondisikan peserta didik menjadi kelompok-kelompok kecil yang memiliki kemampuan akademik berbeda, etnis dan ras yang bekerjasama untuk mencapai tujuan dan tugas akademik bersama dan juga memiliki tanggung jawab secara individu dan kelompok terhadap hasil belajar dalam proses pembelajaran.

2. Unsur Pembelajaran Kooperatif

Pada pembelajaran kooperatif, terdapat beberapa unsur-unsur yang saling terkait satu dengan lainnya, seperti: adanya kerjasama, anggota kelompok heterogen, keterampilan kolaboratif, saling ketergantungan (Asma, 2006: 16).

Johnson & Johnson (dalam Asma, 2006: 11) menyatakan bahwa ada lima unsur dasar yang terdapat dalam struktur pembelajaran kooperatif, yaitu sebagai berikut :

- a. Saling ketergantungan positif, kegagalan dan keberhasilan kelompok merupakan tanggung jawab setiap anggota kelompok oleh karena itu sesama anggota kelompok harus merasa terikat dan saling tergantung positif.

- b. Tanggungjawab perseorangan, setiap anggota kelompok bertanggung jawab untuk menguasai materi pelajaran karena keberhasilan belajar kelompok ditentukan dari seberapa besar sumbangan hasil belajar secara perseorangan.
- c. Tatap muka, interaksi yang terjadi melalui diskusi akan memberikan keuntungan bagi semua anggota kelompok karena memanfaatkan kelebihan dan mengisi kekurangan masing-masing anggota kelompok.
- d. Komunikasi antar anggota, karena dalam setiap tatap muka terjadi diskusi, maka keterampilan berkomunikasi antar anggota kelompok sangatlah penting.
- e. Evaluasi proses kelompok, keberhasilan belajar dalam kelompok ditentukan oleh proses kerja kelompok. Untuk mengetahui keberhasilan proses kerja kelompok dilakukan melalui evaluasi proses kelompok.

Berdasarkan paparan mengenai unsur-unsur dari pembelajaran kooperatif merupakan komponen-komponen yang harus dilakukan oleh guru saat melakukan proses belajar mengajar. Peserta didik bisa memahami bahan ajar jika komponen-komponen yang ada dilakukan dengan baik. Manfaat dari pembelajaran kooperatif ini bisa dirasakan jika komponen-komponen ini telah dilaksanakan. Karena dalam unsur-unsur tersebut terdapat hal-hal yang menjadi inti dari pembelajaran kooperatif, yaitu tanggung jawab individu, interaksi individu dalam kelompok dan kesempatan yang sama untuk berhasil dalam proses belajar.

3. Prinsip Pembelajaran Kooperatif

Menurut Asma (2006: 14) dalam pelaksanaan pembelajaran kooperatif setidaknya terdapat lima prinsip yang dianut, yaitu prinsip belajar siswa aktif (*student active learning*), belajar kerjasama (*cooperative learning*), pembelajaran partisipatorik, mengajar reaktif (*reactive teaching*), dan pembelajaran yang menyenangkan (*joyfull learning*).

a. Belajar Siswa Aktif

Proses pembelajaran dengan menggunakan model pembelajaran kooperatif berpusat pada siswa, aktivitas belajar lebih dominan dilakukan oleh siswa, pengetahuan yang dibangun dan ditemukan adalah dengan belajar bersama-sama dengan anggota kelompok sampai masing-masing siswa memahami materi pembelajaran dan mengakhiri dengan membuat laporan kelompok dan individual.

b. Belajar Kerjasama

Seperti namanya pembelajaran kooperatif, proses pembelajaran dilalui dengan bekerja sama dalam kelompok untuk membangun pengetahuan yang tengah dipelajari. Prinsip pembelajaran ialah yang melandasi keberhasilan penerapan model pembelajaran kooperatif. Seluruh siswa terlibat secara aktif dalam kelompok untuk melakukan diskusi, memecahkan masalah dan mengujinya secara bersama-sama, sehingga terbentuk pengetahuan baru dari hasil kerjasama mereka. Diyakini pengetahuan yang diperoleh melalui penemuan-penemuan dari hasil kerjasama ini akan lebih bernilai permanen dalam pemahaman masing-masing siswa.

c. Pembelajaran Partisipatorik

Pembelajaran kooperatif juga menganut prinsip dasar pembelajaran partisipatorik, sebab melalui model pembelajaran ini siswa belajar dengan melakukan sesuatu (*learning by doing*) secara bersama-sama untuk menemukan dan membangun pengetahuan yang menjadi tujuan pembelajaran.

d. *Reactive Teaching*

Untuk menerapkan model pembelajaran kooperatif ini, guru perlu menciptakan strategi yang tepat agar seluruh siswa mempunyai motivasi belajar yang tinggi. Motivasi siswa dapat dibangkitkan jika guru mampu menciptakan

suasana belajar yang menyenangkan dan menarik serta dapat meyakinkan siswanya akan manfaat pelajaran ini untuk masa depan mereka. Apabila guru mengetahui bahwa siswanya merasa bosan, maka guru harus segera mencari cara untuk mengantisipasinya. Berikut ini adalah ciri-ciri guru reaktif: a) menjadikan siswa sebagai pusat kegiatan belajar, b) pembelajaran dari guru dimulai dari hal-hal yang diketahui dan dipahami siswa, c) selalu menciptakan suasana belajar yang menarik bagi siswa-siswanya, d) mengetahui hal-hal yang membuat siswa menjadi bosan dan segera menanggulangnya.

e. Pembelajaran yang Menyenangkan

Salah satu ciri pembelajaran yang banyak dianut dalam pembaharuan pembelajaran dewasa ini adalah pembelajaran yang menyenangkan, begitu juga untuk model pembelajaran kooperatif menganut prinsip pembelajaran yang menyenangkan. Pembelajaran harus berjalan dalam suasana menyenangkan, tidak ada lagi suasana menakutkan bagi siswa atau suasana belajar tertekan.

4. Tujuan Pembelajaran Kooperatif

Pembelajaran kooperatif dilakukan setidaknya harus memiliki tiga tujuan pembelajaran seperti yang dikatakan Ibrahim, dkk (di dalam Djamarah, 2010: 359-360) sebagai berikut :

- a. Pembelajaran kooperatif tidak hanya meliputi berbagai macam tujuan sosial, tetapi juga bertujuan untuk meningkatkan kinerja siswa dalam tugas-tugas akademik. Beberapa ahli berpendapat bahwa strategi ini unggul dalam membantu siswa memahami konsep yang sulit. Strategi struktur penghargaan kooperatif juga telah dapat meningkatkan penilaian siswa pada belajar akademik dan perubahan norma yang berhubungan dengan hasil belajar.

- b. Penerimaan yang luas terhadap orang yang berbeda menurut ras, budaya, kelas sosial, kemampuan, maupun ketidakmampuan. Pembelajaran kooperatif memberikan peluang kepada siswa yang berbeda latar belakang dan kondisi untuk bekerja saling bergantung satu sama lain atas tugas-tugas bersama, dan melalui penggunaan struktur penghargaan kooperatif, belajar untuk menghargai satu sama lain.
- c. Pembelajaran kooperatif bertujuan mengajarkan kepada siswa keterampilan kerjasama dan kolaborasi. Keterampilan ini penting karena banyak anak muda dan orang dewasa masih kurang dalam keterampilan sosial.

5. Keuntungan dan Kekurangan Pembelajaran Kooperatif

Djamarah (2010: 366) mengatakan bahwa tidak ada satu strategi pembelajaran pun yang paling baik diantara strategi pembelajaran yang lain. Tetapi Arends (dalam Asma, 2006: 26) mengatakan dalam penelitiannya menyatakan bahwa tidak satupun studi menunjukkan bahwa pembelajaran kooperatif memberikan pengaruh negatif. Hal ini membuktikan terdapat keuntungan dan kelemahan dalam pembelajaran kooperatif. Slavin (dalam Asma, 2006: 27) mengatakan bahwa kekurangan dari pembelajaran kooperatif adalah kontribusi dari siswa berprestasi rendah menjadi kurang dan siswa yang memiliki prestasi tinggi akan mengarah kepada kekecewaan, hal ini disebabkan oleh peran anggota kelompok yang pandai lebih dominan.

Begitu juga menurut Djamarah (2010: 366) mengatakan bahwa ada sejumlah keuntungan dan kekurangan yang dimilikinya, sebagai berikut:

- a. Keunggulan dari strategi pembelajaran kooperatif adalah:
 - 1) Siswa berkelompok sambil belajar mengenai suatu konsep atau topik dalam suasana yang menyenangkan

- 2) Optimalisasi partisipasi siswa
- 3) Adanya struktur yang jelas dan memungkinkan siswa untuk berbagi dengan pasangan dengan sesama siswa dalam suasana gotong-royong dan mempunyai banyak kesempatan untuk mengolah informasi dan meningkatkan keterampilan komunikasi
- 4) Adanya struktur yang jelas dan memungkinkan siswa untuk berbagi dengan pasangan yang berbeda dengan singkat dan teratur
- 5) Meningkatkan penerimaan
- 6) Meningkatkan hubungan positif
- 7) Motivasi intristik makin besar
- 8) Percaya diri yang tinggi
- 9) Perilaku dalam tugas lebih
- 10) Sikap yang baik terhadap guru dan sekolah
- 11) Siswa bertanggung jawab dengan belajarnya
- 12) Siswa mengartikan “apa yang guru bicarakan” kepada “apa yang dikatakan siswa” untuk peer mereka.
- 13) Siswa meningkat dalam “kolaborasi kognitif”. Mereka mengorganisasikan pikirannya untuk dijelaskan ide pada teman-teman sekelas mereka.

b. Kelemahan strategi pembelajaran kooperatif adalah:

- 1) Siswa yang pandai akan cenderung mendominasi sehingga dapat menimbulkan sikap minder dan pasif dari siswa yang lemah
- 2) Dapat terjadi siswa yang sekedar menyalin pekerjaan siswa yang pandai tanpa memiliki pemahaman yang memadai
- 3) Pengelompokan siswa memerlukan pengaturan tempat duduk berbeda-beda serta membutuhkan waktu khusus.

D. *Shooting* dalam Permainan Sepak bola.

1. Pengertian shooting dalam permainan sepak bola

Menurut Jozef Sneyers (dalam Didik Jaelani, 2007:16), menendang bola adalah suatu gerakan atau aksi yang dilakukan oleh kaki pada bola agar dapat bergulir atau bergerak dari tempat semula. Mengingat sepak bola merupakan salah satu cabang olah raga ajaran pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani dan Kesehatan, maka dapat dipastikan bahwa hampir setiap siswa, khususnya siswa putra Sekolah menengah Atas St. Benediktus Pahauman pernah bermain sepak bola karena sudah mendapatkan pelajaran di sekolah. Perkataan ‘pernah bermain’ diartikan sebagai ‘dapat bermain’, tetapi tidak dapat diartikan sebagai pandai atau terampil bermain sepak bola. Karena seperti yang telah diuraikan di atas, bahwa apabila seseorang ingin pandai atau terampil bermain sepak bola maka ia harus menguasai terlebih dahulu teknik-teknik dasar bermain dengan baik.

Berdasarkan pada kenyataan yang ada menunjukkan bahwa sebagian siswa memiliki kemampuan teknik dasar bermain sepak bola yang kurang memuaskan, khususnya untuk keterampilan *Shooting*. Padahal *Shooting* merupakan dasar di dalam bermain sepak bola, karena paling banyak dilakukan dalam permainan sepak bola.

Shooting merupakan suatu usaha untuk memindahkan bola dari suatu tempat ke tempat lain dengan menggunakan kaki atau bagian kaki. *Shooting* dapat dilakukan dalam keadaan bola diam, menggelinding maupun melayang di udara. Dalam penelitian ini bola yang ditendang dalam keadaan diam. Menurut Soekatamsi (1984:44), “menendang bola adalah suatu usaha untuk memindahkan bola dari suatu tempat ke tempat lain dengan menggunakan kaki

atau bagian kaki menendang dapat dilakukan dalam keadaan bola diam, menggelinding, maupun melayang di udara”.

Masalah tendangan sendiri dalam sepakbola itu sangat vital, karena tendangan adalah bagian yang terpenting, seorang pemain sepakbola yang tidak dapat menendang bola dengan baik tidak mungkin akan menjadi pemain yang baik pula. Hal ini disebabkan hampir setiap kesebelasan selalu mendapatkan kemenangan (membuat gol) karena adanya tendangan. Bahkan kiper yang bertugas utamanya menangkap bola harus dapat melakukan bermacam-macam tendangan sesuai dengan kebutuhannya (Aang Witarsa, 1991:68).

Menurut Soekatamsi (1984:44), “menendang bola bertujuan untuk memberikan atau mengoperkan bola pada teman sendiri, tendangan ke arah gawang (*shooting*), tendangan pemain belakang untuk mematahkan atau mengembalikan serangan dari lawan, dan tendangan khusus, misalnya tendangan bebas (*free kick*), tendangan penalti (*penalty kick*), tendangan sudut (*corner kick*), dan lain-lain”.

Selain itu, *Shooting* sendiri dibagi menjadi bermacam-macam cara, yaitu tendangan dengan 1) kaki bagian dalam (*inside foot*), 2) kura-kura kaki (*instep foot*), 3) kura-kura kaki bagian dalam (*inside-instep foot*), 4) kura-kura kaki bagian luar (*out side foot*).

Dalam penelitian ini teknik tendangan yang digunakan untuk melakukan tes dan re-tes *shooting* bola yaitu menendang dengan kura-kura penuh dalam. Macam-macam *Shooting* dalam permainan sepakbola yang harus diketahui dan dikuasai oleh seorang pemain sepakbola (Soekatamsi, 1984:47-48):

- a. Atas dasar bagian mana dari kaki yang digunakan untuk menendang bola dengan kaki bagian dalam, kura-kura kaki bagian luar, kura-kura kaki penuh, ujung jari, kura-kura kaki sebelah dalam, tumit.
- b. Atas dasar kegunaan atau fungsi dari tendangan:
 - 1) Untuk memberikan operan bola kepada teman
 - 2) Untuk menembakkan bola ke arah mulut gawang lawan, untuk membuat gol kemenangan
 - 3) Untuk membersihkan atau menyapu bola di daerah pertahanan (belakang) langsung ke depan

- 4) Untuk melakukan bermacam-macam tendangan khusus yaitu untuk tendangan bebas, tendangan sudut, tendangan hukuman (pinalti)
- c. Atas dasar tinggi rendahnya lambungan bola
 - 1) Tendangan bola rendah, bola menggukir datar di atas permukaan tanah sampai setinggi lutut
 - 2) Tendangan bola melambung lurus atau melambung sedang, bola melambung paling rendah setinggi lutut dan paling tinggi setinggi kepala
 - 3) Tendangan bola melambung tinggi, bola melambung paling rendah setinggi kepala
 - d. Atas dasar arah putaran dan jalannya bola
 - 1) Tendangan lurus (langsung)
 - 2) Tendangan melengkung (*slice*)

2. Analisa gerak *shooting*

Soekatamsi (1984:85) menentukan lima prinsip yang harus diperhatikan oleh setiap pemain pada saat melakukan *shooting* dalam permainan sepak bola, antara lain: (1) Kaki tumpu; (2) Kaki yang menendang; (3) Bagian bola yang ditendang; (4) Sikap badan; dan (5) Pandangan mata.

a. Kaki Tumpu

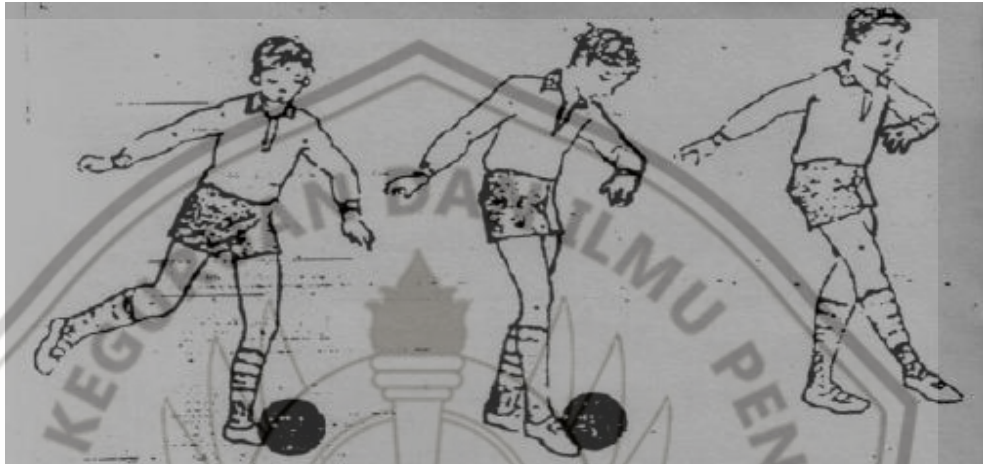
Kaki tumpu adalah kaki yang menumpu pada tanah saat persiapan *Shooting* dan merupakan letak titik berat badan. Posisi kaki tumpu atau di mana harus meletakkan kaki tumpu terhadap bola, akan menentukan arah lintasan dan tinggi rendahnya bola.

Lutut kaki tumpu sedikit ditekuk dan pada waktu menendang lutut diluruskan. Gerakan dari lutut ditekuk kemudian diluruskan merupakan kekuatan mendorong ke depan.

b. Kaki yang menendang

Kaki yang menendang adalah kaki yang dipergunakan untuk *Shooting*. Pergelangan kaki yang digunakan pada saat *Shooting* dikuatkan atau ditegangkan, tidak boleh bergerak. Tungkai kaki yang menendang diangkat ke belakang kemudian diayunkan ke depan sehingga bagian kaki yang digunakan untuk menendang dapat mengenai bola, kemudian diteruskan dengan gerak lanjutan.

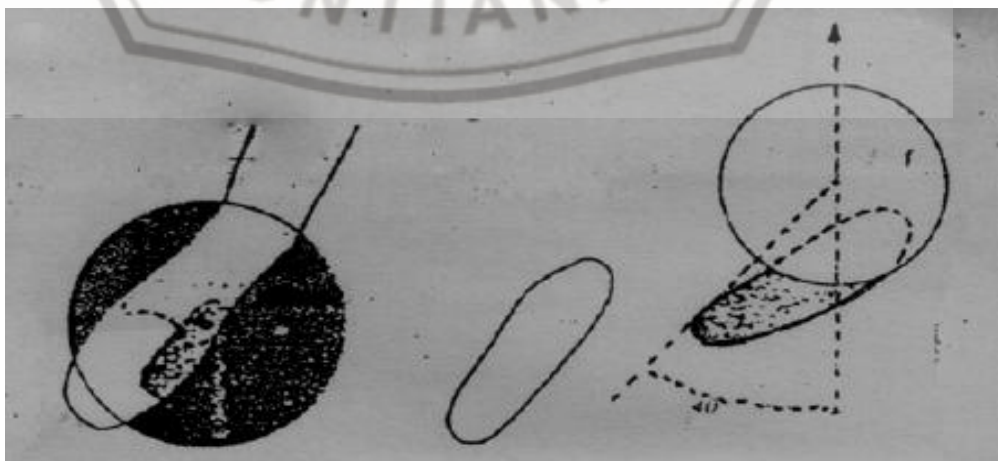
Kaki yang menendang diangkat ke belakang, kemudian diayunkan ke depan ke arah sasaran. Hingga punggung kaki dapat tepat mengenai tengah-tengah di bawah bola. Gerak kaki yang menendang dilanjutkan ke depan (gerak lanjutan ke depan). Untuk lebih jelasnya, lihat gambar berikut ini.



Gambar 2.2 Bagian kaki yang digunakan untuk menendang (Soekatamsi, 1984:44)

c. Bagian bola yang ditendang

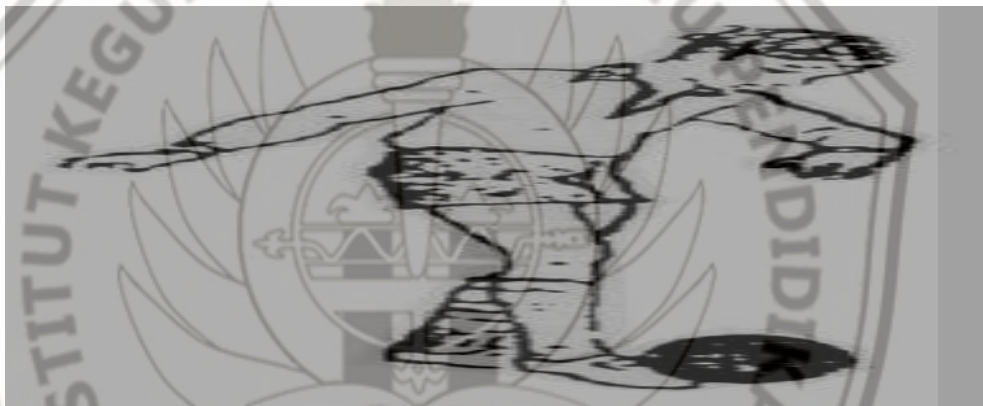
Merupakan bagian bola sebelah mana yang ditendang, akan menentukan arah dan jalannya bola, serta kuat tidaknya sebuah tendangan. Bagian bola yang ditendang adalah tepat di tengah bawah bola, sehingga bola akan lurus menyusur tanah atau lurus kedepan. Untuk lebih jelasnya, lihat gambar berikut ini.



Gambar 2.3 Bagian bola yang ditendang (Soekatamsi, 1984:45)

d. Sikap Badan

Pada waktu *Shooting*, badan dibelakang bola sedikit condong kedepan, Sikap badan pada waktu menendang sangat dipengaruhi oleh posisi kaki tumpu terhadap bola. kaki tumpu diletakan tepat di samping bola dengan ujung kaki menghadap kesasaran, maka pada saat *Shooting*, badan di atas bola dan badan akan sedikit condong ke depan, sikap badan ini untuk mendapatkan tendangan bola mengulir rendah atau melambung sedang. Untuk lebih jelasnya, lihat gambar berikut ini.



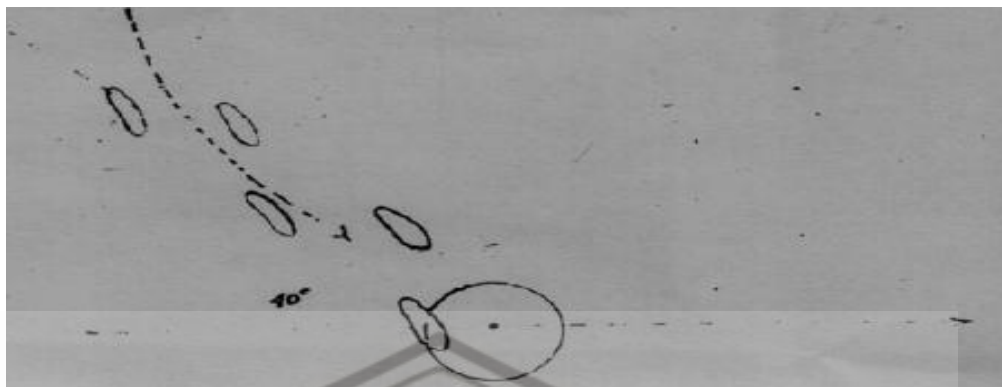
Gambar 2.4 Sikap badan saat Shooting
(Soekatamsi, 1984:46)

e. Pandangan mata

Pandangan mata, terutama untuk mengamati situasi atau keadaan permainan, tetapi pada saat akan Shooting, mata harus melihat pada bola dan ke arah mana bola akan ditendang.

f. *Shooting* dengan Ancang-Ancang

Bola dalam keadaan berhenti, pemain berdiri 3–5 langkah di belakang bola, sehingga letak pemain searah atau membentuk garis lurus arah sasaran bola. Untuk lebih jelasnya, lihat gambar berikut ini.



Gambar 2.5 Shooting dengan ancang-ancang
(Soekatamsi, 1984:48)

Sesuai dengan uraian di atas, dapat dinyatakan bahwa para pemain sepak bola diharapkan mempunyai keterampilan Shooting yang baik. Selain itu harus berani atau sering melakukan latihan menendang bola, sehingga kemampuannya akan semakin terasah.