

MENINGKATKAN KETRAMPILAN *SHOOTING* SEPAKBOLA DENGAN PERMAINAN MODIFIKASI

(Studi Pada Siswa kelas VII A SMP Negeri 3 Sugio)

Budiman Agung Pratama
Universitas Nusantara PGRI Kediri
uccuph88@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peningkatan ketrampilan *shooting* mulai dari sikap awal, *impact* kaki dengan bola dan gerak lanjutan setelah melakukan permainan modifikasi. Rancangan yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian tindakan kelas (PTK). Sampel penelitian adalah siswa kelas VII A SMP Negeri 3 Sugio. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah lembar observasi dan catatan lapangan. Analisa data menggunakan rumus persentase.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa keterampilan melakukan teknik *shooting* siswa kelas VII A SMP Negeri 3 Sugio mengalami peningkatan. Hasil observasi awal dari teknik *shooting* sikap awal dengan tingkat kesalahan 48,24%, teknik *shooting impact* kaki dengan bola dengan tingkat kesalahan 59,64% dan teknik gerak lanjutan sikap akhir dengan tingkat kesalahan 47%. Hasil tindakan siklus 1 dari teknik sikap awal dengan tingkat kesalahan 29%, teknik saat *shooting* dengan tingkat kesalahan 40% dan teknik sikap akhir dengan tingkat kesalahan 35%. Hasil tindakan siklus 2 dari teknik sikap awal tingkat kesalahannya 11%, teknik saat *shooting* dengan tingkat kesalahan 15% dan teknik sikap akhir dengan tingkat kesalahan 11%.

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa *shooting* sepakbola dengan permainan modifikasi dapat meningkatkan keterampilan hasil belajar *shooting* sepakbola siswa kelas VII A SMP Negeri 3 Sugio.

Kata Kunci: *Shooting*, Sepakbola, Modifikasi

PENDAHULUAN

Permainan merupakan suatu aktivitas manusia yang menyenangkan, bersemangat, dan kompetitif dengan mentaati aturan-

aturan yang sudah ditentukan sesuai dengan jenis permainannya (Soedarno, dkk (1987). Sedangkan Sukintaka (1981) menyatakan: Pada umumnya anak senang bermain, dan karena anak itu senang bermain, maka permainan itu menjadi pusat perhatian anak, sehingga permainan yang diberikan kepada anak-anak itu merupakan situasi yang harus dihadapi, dan anak akan bereaksi terhadap situasi itu dengan dengan tingkah laku secara spontan, dan sesuai dengan keaslian watak anak untuk kemudian anak itu dapat diberi bentuk, isi dan arah sesuai dengan cita-cita pendidikan kita. Furqon (2006) Permainan dapat didefinisikan sebagai aktivitas yang dibatasi oleh aturan-aturan yang lengkap dan terdapat suatu kontes di antara para pemain agar supaya menghasilkan hasil yang dapat diprediksi. Modifikasi sangat dibutuhkan guru dalam proses kegiatan belajar mengajar. Hal ini sangat membantu guru dalam proses belajar mengajar. Yoyo (2005) menyatakan dengan melakukan modifikasi, guru penjas akan menyajikan materi pelajaran yang sulit menjadi lebih mudah dan disederhanakan tanpa harus takut kehilangan makna dan apa yang akan diberikan. Anak akan lebih leluasa bergerak dalam berbagai situasi dan kondisi yang dimodifikasi. Winarno (2001:108) menyatakan modifikasi olahraga digunakan sebagai salah satu alternatif pendekatan dalam pembelajaran pendidikan jasmani.

Komponen-komponen penting olahraga yang dapat dimodifikasi menurut Aussie (1996) meliputi: (1) ukuran, berat atau bentuk peralatan yang dipergunakan, (2) lapangan permainan, (3) waktu bermain atau lamanya permainan, (4) pereturan permainan, dan (5) jumlah pemain. Dalam penelitian ini yang di modifikasi adalah bentuk lapangan, waktu bermain peraturan bermain dan jumlah pemain. Modifikasi bentuk lapangan menggunakan desain (60 x 40 meter) penetapan ukuran tersebut didasarkan pada hasil modifikasi yang relatif konstan antara panjang dan lebar lapangan dan jumlah pemain yang terlibat (Casamichana & Castellano, 2010). Hoff, dkk, (2002) menyatakan bahwa kehadiran bola selama permainan menggunakan lapangan berukuran kecil

memungkinkan peserta untuk meningkatkan keterampilan teknik dan taktik. Begitu juga dengan ukuran gawang menggunakan gawang ban mobil bekas yang di taruh di masing-masing tempat. Untuk modifikasi aturan main pemain hanya boleh mencetak gol dengan kaki bagian punggung. Katis & Kellis (2009) menyarankan untuk jumlah pemain 6 vs 6.

METODE PENELITIAN

Jenis Penelitian ini adalah Penelitian Tindakan Kelas Istilah penelitian tindakan kelas berasal dari bahasa Inggris, yaitu *classroom action research* (CAR). Arikunto, Suhardjono dan Supardi (2007) menyatakan bahwa ada tiga kata inti dalam penelitian tindakan kelas, yaitu: (1) penelitian, (2) tindakan, dan (3) kelas. Sampel penelitian adalah siswa kelas VII A SMP Negeri 3 Sugio Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah lembar observasi dan catatan lapangan. Analisa data menggunakan rumus persentase.

$$P = F/N \times 100\%$$

Keterangan:

P: Persentase

F : Frekwensi

N : Jumlah Responden

Sebagai patokan terhadap hasil analisis persentase digunakan klasifikasi sebagaimana tertera pada tabel

Tabel Persentase Taraf Keberhasilan

No	Persentase	Klasifikasi
1	76%-100%	Baik
2	56%-75%	Cukup Baik
3	40%-55%	Kurang Baik
4	<40%	Tidak Baik

(Sumber Arikunto, 2006)

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Rekapitulasi Hasil pertemuan siklus 1

		Sikap awal	Kesalahan Impect in ball	Gerak Lanjutan
Siklus 1				
Persentase pertemuan pertama	44,45%	61,18%	36,12%	
Persentase pertemuan kedua	34,29%	51,43%	37,15%	
Persentase pertemuan ketiga	28,95%	39,47%	30,71%	

Berikut ini hasil evaluasi setiap pertemuan pada siklus 1

Hasil evaluasi pertemuan pertama siklus 1

	Sikap awal	Impect in ball	Sikap akhir
Persentase sikap atau gerakan salah	44,45%	61,12%	36,12%

Berdasarkan hasil evaluasi pada pertemuan pertama siklus I, diperoleh hasil analisis sebagai berikut: (1) 44,45% atau 16 siswa melakukan kesalahan pada sikap awal (2) 61,12% atau 22 siswa melakukan kesalahan pada saat menendang bola, (3) 36,12% atau 13 siswa melakukan kesalahan pada sikap akhir, dimana kaki setelah melakukan tendangan tidak mengikuti arah bola.

Dilihat berdasarkan jumlah persentase, tingkat kesalahan paling banyak terjadi pada saat melakukan tendangan bola yaitu 61,12%, kesalahan yang dilakukan oleh siswa pada saat menendang bola

pandangan masih tertuju pada bola.peningkatan dibandingkan saat observasi awal sebelum guru memberikan tindakan.

Hasil evaluasi pertemuan kedua siklus 1

Gerakan Yang Salah			
	Sikap awal	Impact In ball	Sikap akhir
Persentase sikap atau gerakan salah	34,29%	51,43%	37,15%

Berdasarkan hasil observasi pada pertemuan kedua siklus I, diperoleh hasil analisis sebagai berikut: (1) 34,29% atau 12 siswa melakukan kesalahan pada sikap awal, (2) 51,43% atau 18 siswa melakukan kesalahan pada menendang bola, (3) 37,15% atau 13 siswa melakukan kesalahan pada gerak lanjutan, Pada pertemuan kedua ini 5 siswa tidak aktif dan 4 siswa tidak disiplin dalam proses pembelajaran. Pada pertemuan ini siswa lebih aktif dan disiplin.

Dilihat berdasarkan jumlah persentase, tingkat kesalahan paling banyak terjadi pada saat melakukan teknik menendang bola yaitu 51,43%, kesalahan yang dilakukan oleh siswa pada saat menendang yaitu gerakannya masih melihat bola, akan tetapi sudah mulai ada peningkatan dibandingkan evaluasi dan observasi awal sebelum diberi tindakan.

Hasil evaluasi pertemuan ketiga siklus 1

Gerakan Yang Salah			
	Sikap awal	Impact in ball	Sikap akhir
Persentase sikap atau gerakan salah	28,95%	39,47%	30,71%

Berdasarkan hasil observasi pada pertemuan ketiga siklus I, diperoleh hasil analisis sebagai berikut: (1) 28,95% atau 11 siswa melakukan kesalahan pada sikap awal, (2) 39,47% atau 16 siswa melakukan kesalahan pada menendang bola, (3) 30,71% atau 12 siswa

melakukan kesalahan pada gerak lanjutan, Pada pertemuan ketiga ini semua siswa lebih aktif dan disiplin dalam proses pembelajaran, sehingga pembelajaran menjadi lancar dan hasilnya lebih maksimal.

Dilihat berdasarkan jumlah persentase, tingkat kesalahan paling banyak terjadi pada saat melakukan teknik menendang bola yaitu 39,47%, kesalahan yang dilakukan oleh siswa pada saat menendang yaitu gerakannya masih melihat bola, akan tetapi sudah mulai ada peningkatan dibandingkan evaluasi dan observasi awal sebelum diberi tindakan.

Hasil pertemuan siklus 2

Siklus 2				
Persentase	pertemuan	11,12%	36,12%	16,67%
	pertama			
Persentase	pertemuan	5,89%	23,53%	5,89%
	kedua			
Persentase	pertemuan	10,82%	13,52%	10,82%
	ketiga			

Berikut ini hasil evaluasi setiap pertemuan pada siklus 2

Hasil evaluasi pertemuan pertama siklus 2

Gerakan Yang Salah			
	Sikap awal	Impact in ball	Sikap akhir
Persentase	11,12%	36,12%	16,67%
sikap atau gerakan salah			

Berdasarkan hasil observasi pada pertemuan pertama siklus 2, diperoleh hasil analisis sebagai berikut: (1) 11,12% atau 4 siswa melakukan kesalahan pada sikap awal, (2) 36,12% atau 13 siswa melakukan kesalahan pada menendang bola, (3) 16,67% atau 16siswa melakukan kesalahan pada gerak lanjutan, Pada pertemuan pertama ini

semua siswa lebih aktif dan disiplin dalam proses pembelajaran, sehingga pembelajaran menjadi lancar dan hasilnya lebih maksimal.

Dilihat berdasarkan jumlah persentase, tingkat kesalahan paling banyak terjadi pada saat melakukan teknik menendang bola yaitu 36,12%, kesalahan yang dilakukan oleh siswa pada saat menendang yaitu gerakannya masih melihat bola.

Hasil evaluasi pertemuan kedua siklus 2

Gerakan Yang Salah			
	Sikap awal	Impact in ball	Sikap akhir
Persentase	5,89%	23,53%	5,89%
sikap atau gerakan salah			

Berdasarkan hasil observasi pada pertemuan kedua siklus 2, diperoleh hasil analisis sebagai berikut: (1) 5,89% atau 2 siswa melakukan kesalahan pada sikap awal, (2) 61,12% atau 8 siswa melakukan kesalahan pada menendang bola, (3) 5,89% atau 2 siswa melakukan kesalahan pada gerak lanjutan, Pada pertemuan pertama ini semua siswa lebih aktif dan disiplin dalam proses pembelajaran, sehingga pembelajaran menjadi lancar dan hasilnya lebih maksimal.

Dilihat berdasarkan jumlah persentase, tingkat kesalahan paling banyak terjadi pada saat melakukan teknik menendang bola yaitu 23,53%, kesalahan yang dilakukan oleh siswa pada saat menendang yaitu gerakannya masih melihat bola.

Hasil evaluasi pertemuan ketiga siklus 2

Gerakan Yang Salah			
	Sikap awal	Impact in ball	Sikap akhir
Persentase	10,82%	13,52%	10,82%
sikap atau gerakan salah			

Berdasarkan hasil observasi pada pertemuan kedua siklus 2, diperoleh hasil analisis sebagai berikut: (1) 10,82% atau 4 siswa melakukan kesalahan pada sikap awal, (2) 13,52% atau 5 siswa melakukan kesalahan pada menendang bola, (3) 10,82% atau 4 siswa melakukan kesalahan pada gerak lanjutan, Pada pertemuan pertama ini semua siswa lebih aktif dan disiplin dalam proses pembelajaran, sehingga pembelajaran menjadi lancar dan hasilnya lebih maksimal.

Dilihat berdasarkan jumlah persentase, tingkat kesalahan paling banyak terjadi pada saat melakukan teknik menendang bola yaitu 13,53%, kesalahan yang dilakukan oleh siswa pada saat menendang yaitu gerakannya masih melihat bola.

Siklus 1

Pada pembelajaran sepakbola pada materi *shooting* guru pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan memberikan contoh gerakan (*modelling*) secara keseluruhan dari gerakan *shooting*, setelah itu siswa ditugasi untuk berlatih meniru contoh guru dengan menggunakan bola yang berjumlah 2 untuk 38 siswa. Berdasarkan hasil observasi, (1) 23% atau 9 siswa melakukan kesalahan dalam teknik persiapan (2) 50% atau 19 siswa melakukan kesalahan dalam sikap awal (3) 68,42 atau 26 siswa melakukan kesalahan pada teknik menendang, dimana masih melihat bola saat menendang, (4) 44,73% atau 17 siswa melakukan kesalahan pada teknik lanjutan.

Berdasarkan hasil evaluasi dan observasi tersebut dapat diidentifikasi permasalahan sebagai berikut: sebagian besar siswa kurang aktif dan dalam proses pembelajaran sehingga pada tahap evaluasi banyak mengalami kesalahan-kesalahan dalam melakukan teknik *shooting* dimana melakukan kesalahan dalam melakukan teknik *shooting* yaitu melakukan tendangan. Setelah diberi tindakan pada siklus 1 mengalami peningkatan, karena dengan permainan siswa diajak belajar sambil bermain, hal ini penting sekali mengingat tidak semua siswa suka dengan olahraga sepakbola, hasil evaluasi siklus 1 dari segi teknik

kesalahan yang dilakukan siswa pada siklus 1 yaitu dari sikap awal persentase kesalahan yang dilakukan siswa dari 50% menjadi 35,89%, pada saat menendang bola persentase kesalahan yang dilakukan siswa dari 68,42% menjadi 50,57%, pada sikap akhir persentase kesalahan yang dilakukan siswa dari 55,27% menjadi 34,66%.

Dari segi keaktifan siswa dan kedisiplinan siswa dalam proses pembelajaran mengalami peningkatan keaktifan dan kedisiplinan. Peningkatan tersebut diakibatkan karena siswa tidak sadar dengan melakukan permainan itu siswa diajak sambil belajar teknik *shooting*. Permainan juga meningkatkan antusias siswa dalam proses pembelajaran. Sehingga terjadi peningkatan dibandingkan pada refleksi awal. Selain pendekatan permainan pendekatan modifikasi dapat digunakan sebagai alternatif dalam pembelajaran pendidikan jasmani, karena guru penjas akan menyajikan materi pelajaran yang sulit menjadi lebih mudah dan disederhanakan tanpa harus kehilangan makna dan apa yang akan diberikan.

Siklus 2

Dari segi teknik kesalahan yang dilakukan siswa pada siklus 2 yaitu dari sikap awal persentase kesalahan yang dilakukan siswa dari 35,89% menjadi 9,06%, pada saat menendang bola persentase kesalahan yang dilakukan siswa dari 50,57% menjadi 24,39%, pada sikap akhir persentase yang dilakukan siswa dari 34,66% menjadi 11,14%. Dari segi keaktifan siswa dan kedisiplinan siswa dalam proses pembelajaran mengalami peningkatan keaktifan dan kedisiplinan.

Peningkatan yang terjadi pada siklus 2 ini akibat permainan yang diberikan kepada siswa disesuaikan dengan permainan yang paling disukai siswa yaitu permainan memasukkan bola ke dalam target berupa ban bekas. Permainan memasukkan ke dalam target memberikan siswa semakin aktif dalam melakukan proses pembelajaran, sehingga teknik yang diberikan kepada siswa dapat dilakukan siswa sambil melakukan

permainan. Pembelajaran adalah usaha membuat seseorang belajar yang dilakukan oleh guru untuk memperoleh pengetahuan, keterampilan dan sikap. Permainan merupakan suatu aktivitas manusia yang menyenangkan, bersemangat, dan kompetitif dengan mentaati aturan-aturan yang sudah ditentukan sesuai dengan jenis permainannya (Soedarno, dkk (1987). Dengan melakukan permainan memasukkan bola ke dalam target maka siswa akan kompetitif dan semakin tertantang untuk mencoba. Sehingga pembelajaran akan lebih menyenangkan.

KESIMPULAN

Sesuai dengan analisis yang dilakukan berdasarkan pelaksanaan Penelitian Tindakan Kelas yang telah dilakukan maka dapat disimpulkan permainan modifikasi (tempat, modifikasi alat dan modifikasi pemain) dapat meningkatkan keterampilan *shooting*.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek Edisi Revisi VI*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Arikunto, Suharsimi, Suhardjono, dan Supardi. 2007. *Penelitian Tindakan Kelas*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Aussie 1996. *Modified sport. A quality Junior Sport Approach*. Balconen ACT: Astralian Sport Commission
- Casamichana D, & Castellano J. 2010. *Time–motion, heart rate, perceptual and motor behaviour demands in smallsides soccer games: Effects of pitch size*. J Sports Sci, 28: 1615-1623
- Furqon H,M. 2006. *Mendidik Anak dengan Bermain*. Surakarta: Universitas Sebelas Maret
- Hoff, dkk, (2002) *Soccer specific aerobic endurance training*. Br J Sports Med 2002;36:218–221
- Kellis, E. dan Katis, A..2007. *Biomechanical Characteristics And Determinants Of Instep Soccer Kick*. Journal of Sports Science and Medicine 6, 154-165,

- Soedarno, Dkk. 1987. *Permainan Simulasi Kelahiran dan Perkembangan di Jawa Timur*. Jakarta: Balai Pustaka.
- Sukintaka, Rijadi dan Suprijo. 1981. *Permainan dan Metodik*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.
- Yoyo. 2005. *Pembelajaran Atletik Implementasi Pembelajaran Nomor Lempar*,
(online), (http://www.google.com/jurnal/pembelajaranatletik_implem-entasi-pembelajaranlempar), diakses tanggal 10 Februari 2015
- Winarno, M.E. 2006. *Dimensi Pembelajaran Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Malang: Universitas Negeri Malang.